

---

# PLAN DE SEGURIDAD Y SALUD DE LOS CENTROS BEONE LEGANÉS/GETAFE COVID19

---

POR GRUPO SERVICIO/BEONE, GESTORA DEL CENTRO



03 DE FEBRERO DE 2021

## I. Contenido

III. Ámbito de aplicación del protocolo.....	3
IV. Seguridad en las personas .....	4
Seguridad para los usuarios.....	4
Medidas de actuación ante la “sospecha o activación” de un posible caso.....	8
Anexo IV. Carteles de recomendaciones.....	16

## II. **Ámbito de aplicación del protocolo.**

Este protocolo es aplicable para el **CENTROS BEONE LEGANÉS/GETAFE** y el personal del Grupo Beone desde el momento de su aprobación y hasta nuevo aviso. También es de aplicación para todos los usuarios de dichos centros.

### **1- Objetivos generales.**

- Lograr que nuestros centros sean lugares libres de Covid-19.
- Hacer de los centros un entorno seguro de trabajo para nuestros empleados.
- Hacer de los centros un entorno seguro de práctica deportiva para nuestros clientes.
- Lograr la confianza de nuestros trabajadores y clientes a través de las medidas y acciones adoptadas en materia de desinfección, limpieza y seguridad.

### III. Seguridad en las personas

#### Seguridad para los usuarios.

##### a. Introducción.

El principal objetivo es ofrecer al usuario un centro 100% libre de virus, que genere confianza y sientan que es primordial ofrecer un espacio de entrenamiento y esparcimiento completamente seguro; para ello debemos velar por el cumplimiento, en los centros deportivos BeOne de la Universidad Carlos III de Madrid, de todas las normativas de índole sanitaria indicadas por las autoridades competentes en cada momento.

Por lo que respecta a los usuarios, lo que detallamos a continuación afecta tanto a la fase de apertura con restricciones y sin restricciones. Se irá adaptando según las indicaciones recibidas.

##### b. Objetivos.

Objetivo primordial: Minimizar los riesgos de contagio desde el punto 0, entrada al centro deportivo. Establecer un “cortafuegos” en la entrada al centro deportivo.

##### c. Medidas preventivas generales.

Siguiendo las normativas de la CAM y las autoridades sanitarias competentes, las medidas a tomar en los centros deportivos (BeOne Getafe/BeOne Leganés) serán las siguientes:

- a) Antes de entrar en el centro se tomará la temperatura corporal. En caso de que esta temperatura sea superior a 37,5º no se podrá acceder al mismo.
- b) Se deberá acceder al mismo atravesando la alfombra desinfectante situada en los tornos de acceso (independientemente se acceda por tornos o por la puerta)
- c) El uso de mascarilla será obligatorio en todos los espacios en interior y exterior, salvo en las circunstancias establecidas al efecto según las normativas aplicables por las autoridades competentes.
- d) Se deberá seguir las indicaciones de dirección fijadas en los distintos espacios.
- e) Se deberán respetar los aforos señalizados en cada zona de la instalación utilizada.
- f) Con carácter general, no se compartirá ningún material y, si esto no fuera posible, se garantizará la presencia de elementos de higiene para su uso continuado.
- g) Las bolsas, mochilas o efectos personales solo se podrán dejar en los espacios habilitados para ese fin.
- h) Los deportistas no podrán compartir alimentos, bebidas o similares.
- i) Antes de entrar y al salir del espacio asignado, deberán limpiarse las manos con los hidrogeles que deberán estar disponibles en los espacios habilitados al efecto.
- j) Una vez finalizada la práctica deportiva, no se podrá permanecer en la instalación
- k) No se podrán utilizar las fuentes de agua del centro deportivo)

- l) Para realizar actividades dirigidas y uso de las salas de fitness será obligatorio disponer de dos toallas (excepto actividades acuáticas en las que sólo será necesario una toalla).
- m) Evita el saludo con contacto físico, incluido el dar la mano.
- n) Debido al medio de transmisión de este virus, a través de las gotas de saliva que se pueden generar al hablar, mantener distanciamiento social de 2 metros, siempre que sea posible, en todas las partes del centro para evitar ser contagiado por terceros o que esas gotas puedan alcanzar a la persona o personas con las que estés.
- o) Se deberá reforzar y extremar las medidas de higiene, tanto personal como de las prendas deportivas.
- p) Se deberá realizar con toda la frecuencia que sea necesaria el lavado de manos con jabón o una solución hidroalcohólica, dado que es la medida principal de prevención y control de la infección, tratando de que cada lavado dure al menos 40 segundos.
- q) Se deberán adoptar las siguientes medidas de higiene respiratoria:
  - a. Al toser o estornudar, taparse la boca y nariz con un pañuelo y desecharlo en una papelera. Si no se dispone de pañuelos emplear la parte interna del codo para no contaminar las manos.
  - b. Evitar tocarse los ojos, la nariz o la boca.
  - c. Después de haber tosido o estornudado y antes de tocarse la boca, la nariz o los ojos, lavarse las manos de forma cuidadosa con agua y jabón durante al menos 40 segundos. Si no dispone de agua y jabón, utilice soluciones desinfectantes con alcohol para limpiárselas.
- r) En los recorridos por la instalación se intentarán mantener la distancia de seguridad con las demás personas.
- s) Se deberán seguir las indicaciones que pudiera dar el personal del centro.

d. Entrada al centro.

- Antes de la apertura del centro se llevará a cabo su limpieza y desinfección, según los parámetros y directrices previstos en la normativa en vigor.
- En la medida de lo posible se mantendrán las puertas de entrada abiertas para evitar que los usuarios tenga que tocar las manillas de las puertas para abrir y cerrar. Con ello también favorecemos la ventilación de esa zona.
- Existirán alfombras desinfectantes para el calzado en la entrada al centro, se deberá hacer uso de ellas previamente a la entrada por tornos.
- Se deberán utilizar los dispensadores del gel desinfectante, en la zona de recepción, será de uso obligatorio nada más entrar, para todo el mundo.
- Toma de temperatura. Toda persona que tenga temperatura elevada, según el parámetro que indique el ministerio de sanidad u organismo competente en cada caso (actualmente +37.5 C), no podrá acceder al centro deportivo y se aconseja que se ponga en contacto con las autoridades sanitarias.

- En el acceso directo al centro hay que evitar tocar los tornos.
- Atención en la recepción (protección del personal mediante mampara). Se deberá recurrir al personal de atención al cliente en los espacios habilitados para tal fin. Guardando la distancia de seguridad marcada en el suelo.
- En la medida de lo posible se ha de evitar el pago en efectivo.
- Todo usuario que acuda al centro lo ha de hacer con mascarilla, que ha de usar de forma obligatoria durante toda su estancia en el centro, salvo en las circunstancias establecidas al efecto según normativas aplicables por las autoridades competentes.
- Se intensificarán los servicios de limpieza de las instalaciones, especialmente, aseos, vestuarios y zonas de práctica deportiva según las recomendaciones existentes.
- El uso del ascensor o plataforma exterior se limitará el uso al mínimo imprescindible y preferentemente se utilizarán las escaleras. Cuando se utilicen la ocupación máxima será de una persona salvo que haya distancia de 2 metros o aquellas personas que necesiten acompañante.

e. Vestuarios.

- Se recomienda al usuario que, en la medida de lo posible, no usen los vestuarios y opten por ducharse en casa.
- Se ha de respetar el aforo máximo de cada vestuario y ducha, siguiendo las directrices que se marquen en la legislación correspondiente.
- En zona de bancos no se ha de utilizar las zonas acotadas con cinta adhesiva o similar para respetar los 2 m. entre cada puesto.
- En la zona de duchas sólo podrá estar una persona, salvo para cabinas individuales o separadas por mamparas.
- Será obligatorio el uso de la mascarilla dentro del vestuario y aseos, a excepción del momento de la ducha.

f. Zonas comunes.

- Como norma general para moverse por el centro, pasillos y resto de zonas comunes, se mantendrán las normas generales que rigen para todo el centro de mantener las distancias de seguridad y del uso obligatorio de mascarillas.

g. Zonas de Alquileres y Cesiones.

- Para uso de deportes individuales, el usuario además de cumplir con la normativa antes expuesta deberá limpiar el material y equipamiento utilizado por lo que contará con los productos necesarios para hacerlo.
- Para los alquileres el usuario será informado de protocolo del centro, el cual podrá consultar en el propio centro o pedir una copia vía email, y deberá firmar la declaración responsable, asumiendo el cumplimiento de la normativa que rija al centro en ese momento.
- El material a utilizar tendrá que traerlo el propio usuario.
- En el caso de ser entidad o equipo además deberá proporcionar un listado actualizado en la recepción del centro con nombre, apellidos, Dni y teléfono de todas aquellas personas que vayan a utilizar el espacio reservado.

- Para deportes colectivos el grupo máximo será de 20 personas para entrenamientos y 25 personas para competición, estando sujeto a los cambios que pueda haber en cada momento en la normativa

h. Salas de actividades:

Se deberá respetar las medidas preventivas generales especificadas en el punto III. C. Además los usuarios deberán realizar una limpieza del material antes y después de su uso.

i. Salas de fitness:

Se deberá respetar las medidas preventivas generales especificadas en el punto III. C. Además los usuarios deberán realizar una limpieza del material antes y después de su uso. Es obligatorio el uso de la mascarilla excepto en las máquinas de cardiovascular separadas por mamparas.

j. Pabellón:

Se deberá respetar las medidas preventivas generales especificadas en el punto III. C. Además los usuarios deberán realizar una limpieza del material antes y después de su uso. El número de personas estará adaptado al tipo de actividad y normativa en vigor (actividades dirigidas, entrenamientos o competiciones)

k. Piscina y spa:

Se deberá respetar las medidas preventivas generales especificadas en el punto III. C. Se deberá acceder con mascarilla hasta el momento de introducirse en el agua, dejando la misma dentro de su toalla o enseres.

l. Pistas exteriores:

Se deberá respetar las medidas preventivas generales especificadas en el punto III. C. Además los usuarios deberá realizar una limpieza del material antes y después de su uso. Será obligatorio el uso de la mascarilla en deportes colectivos en los que no se pueda asegurar la distancia social. El número de personas estará adaptado al tipo de actividad y normativa en vigor (actividades dirigidas, entrenamientos o competiciones)

m- Rocódromo:

De momento permanecerá cerrado, en cuanto se decida su apertura, se deberán respetar las medidas preventivas generales especificadas en el punto III. C. Además los usuarios deberán realizar una limpieza del material antes y después de su uso. Será obligatorio el uso de magnesio líquido. Se deberán extremar las medidas individuales de los usuarios y prestar especial cuidado al lavado de manos con gel hidroalcohólico momentos antes de la escalada. Se deberá desinfectar las gomas de los pies de gato antes de subir a las colchonetas y/o presas. No se podrá tumbar ni sentar en las colchonetas, se realizará en las zonas próximas siempre previa colocación de una toalla personal para evitar dejar sudor en la zona. Será obligatorio escalar siempre con la mascarilla colocada correctamente. Al finalizar la escalada proceder a la desinfección y limpieza de las superficies del rocódromo y bulder. Los usuarios deberán traer su propio material de escalada.

## Medidas de actuación ante la “sospecha o activación” de un posible caso.

No se podrá acudir a realizar ninguna práctica deportiva en caso de tener síntomas compatibles con COVID-19

### SI EMPIEZAS A TENER SÍNTOMAS EN LOS CENTROS DEPORTIVOS

- Abandona el centro deportivo. No podrás volver a incorporarte a la actividad deportiva hasta que tu situación sea valorada por un profesional sanitario.
- Contacta con tu centro médico de atención primaria de referencia y con el centro deportivo para darnos información al respecto y proteger a usuarios y trabajadores. Hay un correo donde contactarnos.

Si los síntomas son leves, dirígete a tu domicilio y contacta con tu médico de Atención Primaria o servicio sanitario que te corresponda.

Si los síntomas son leves pero no te encuentras en condiciones de desplazarte por tus propios medios, informa en la recepción del centro deportivo donde te acompañarán al espacio de aislamiento habilitado al efecto en los centros deportivos (ludoteca en el Centro Deportivo de Getafe y el aseo 6.1.A.05 en el Centro Deportivo de Leganés). En cuanto sea posible dirígete a tu domicilio y contacta con tu médico de Atención Primaria.

En el caso de que los síntomas presenten gravedad, el personal del centro deportivo iniciará el protocolo de contacto con el 112.

### NOTIFICACIÓN DE CASOS

SI ERES ABONADO DE BEONE GETAFE deberás informar lo antes posible al teléfono 916245811 O al correo [polidget@uc3m.es](mailto:polidget@uc3m.es). Si eres ABONADO DE BEONE LEGANES deberás informar lo antes posible al teléfono 916249998 o al correo [polidleg@uc3m.es](mailto:polidleg@uc3m.es)

### SI ERES USUARIO DE LA UNIVERSIDAD

Tienes que ponerlo en conocimiento de la universidad lo antes posible según los procedimientos establecidos para cualquier espacio de la universidad.

Se seguirá el [procedimiento establecido para cualquier espacio de la universidad](#)

## IDENTIFICACIÓN DE CONTACTOS:

De forma general, a nivel comunitario, se considerará contacto estrecho a cualquier persona que haya estado en el mismo lugar que un caso, a una distancia menor de 2 metros y durante más de 15 minutos. En entornos en los que se pueda hacer una valoración del seguimiento de las medidas de prevención, incluido el uso correcto y continuado de la mascarilla, podrá realizarse una valoración individualizada por el servicio de prevención de riesgos laborales o el responsable que sea designado para ese fin.

## MEDIDAS DE SEGUIMIENTO Y CONTROL

La autoridad sanitaria, una vez analizada la información sobre la incidencia, determinará las medidas de actuación en cada caso, siendo la primera de ellas una medida de aislamiento que, según las características de la situación, se acompañara o no de otras acciones específicas que determinarán.

En caso de comunicación por parte de una persona, entidad o autoridad sanitaria de una persona que ha sido positiva y ha estado en el centro durante las 48 horas anteriores a su positivo, se comprobará los espacios y actividades a los que ha asistido a fin de hacer una desinfección profunda, y en caso de que haya algún contacto que pueda ser considerado estrecho se deberá de informarle lo antes posible, en caso de ser personal de alguna contrata o empresa que trabaje en el centro deportivo se deberá de comunicar a la persona designada de contacto.

Este documento puede sufrir modificaciones y/o ampliaciones según indicaciones de Ministerio de Sanidad u Organismo Competente.

## DECLARACION RESPONSABLE Club o Asociación.....

En Madrid, a \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2021.

D./D<sup>a</sup>. .....,  
con N.I.F. ....,  
como representante de....., que  
utiliza los centros deportivos Be One de la UC3M (Getafe/Leganés) en la modalidad deportiva  
.....,

### DECLARA

Que soy conocedor del PROTOCOLO DE PROTECCIÓN Y PREVENCIÓN DEL CENTRO DEPORTIVO, PARA HACER FRENTE A LA NUEVA NORMALIDAD ANTE LA CRISIS SANITARIA OCACIONADA POR EL COVID-19, y que, por tanto, el club o asociación tiene conocimiento pleno y está de acuerdo con las medidas y procedimientos que propone.

Que he leído, y acepto las recomendaciones, obligaciones y compromisos contenidos en el documento de información para usuarios sobre medidas personales de higiene y prevención obligatorias por la Comunidad de Madrid y, en su caso, de la Federación deportiva correspondiente. Asimismo, me comprometo a informar y hacer llegar este protocolo y en su caso, el de la Federación deportiva correspondiente, a todos los participantes en esta actividad y hacer que lo cumplan.

Que adjunto a este documento, se entregará un listado con nombre, apellidos, fechas de nacimiento, DNI y teléfono, de las personas que utilizarán el Polideportivo Alfredo Di Stefano Y Seve Ballesteros, para el control por parte del centro.

Declaro que tanto mi persona como los propios participantes en la actividad, tras haber recibido y leído atentamente la información contenida en los documentos anteriores, somos conscientes de los riesgos que implica, para los/as deportistas y para las personas que conviven con ellos/as, su participación en la actividad en el contexto de la crisis sanitaria provocada por el COVID-19.

El club o asociación así como sus deportistas autorizan de forma expresa al Centro Deportivo Alfredo Di Stefano y al Centro Deportivo UC3M de Getafe para que pueda solicitar, hacer uso y tratar los datos biométricos de estos/as (temperatura, pruebas PCR y test, aplicaciones sobre tos y síntomas, etc...), los cuales serán utilizados exclusivamente para comprobar que no están desarrollando síntomas del COVID19 ni son portadores de la enfermedad, pudiendo ceder y comunicar los mismos exclusivamente a las autoridades sanitarias competentes en esta materia con fines de prevenir nuevos contagios. Éstos podrán ejercer sus derechos de acceso, rectificación, cancelación, oposición, supresión y portabilidad, en su caso, conforme a los parámetros y directrices que establece la Ley Orgánica 3/2018 de 5 de diciembre de Protección de Datos de Carácter Personal, mediante comunicación dirigida al domicilio social del Centro Deportivo, junto con copia de su DNI. Los datos serán conservados durante el tiempo en que se desarrolle la actividad deportiva y puedan exigir las autoridades sanitarias.

Firmado

El Club o Asociación Atentamente,

## DECLARACION RESPONSABLE

En Madrid, a \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 2021.

D./D<sup>a</sup>. .....,  
con D.N.I. ....., Con fecha de nacimiento .....,  
y número de teléfono de contacto ..... como  
usuario del espacio ....., que utiliza los centros deportivos Be One de la  
UC3M (Getafe/Leganés) en la modalidad deportiva .....,

### DECLARA

Que soy conocedor del PROTOCOLO DE PROTECCIÓN Y PREVENCIÓN DEL CENTRO DEPORTIVO, PARA HACER FRENTE A LA NUEVA NORMALIDAD ANTE LA CRISIS SANITARIA OCASIONADA POR EL COVID-19, y que, por tanto, tengo conocimiento pleno y estoy de acuerdo con las medidas y procedimientos que propone.

Que he leído y acepto las recomendaciones, obligaciones y compromisos contenidos en el documento de información para usuarios sobre medidas personales de higiene y prevención obligatorias por la Comunidad de Madrid y, en su caso, de la Federación deportiva correspondiente.

Declaro que, tras haber recibido y leído atentamente la información contenida en los documentos anteriores, el abajo firmante es consciente de los riesgos que implica, para los/as deportistas y para las personas que conviven con ellos/as, su participación en la actividad en el contexto de la crisis sanitaria provocada por el COVID-19.

Los y las usuarios que hagan uso de la instalación autorizan de forma expresa al Centro Deportivo Alfredo Di Stefano y al Centro Deportivo UC3M de Getafe para que pueda solicitar, hacer uso y tratar sus datos biométricos (temperatura, pruebas PCR y test, aplicaciones sobre tos y síntomas, etc...), los cuales serán utilizados exclusivamente para comprobar que no están desarrollando síntomas del COVID19 ni son portadores de la enfermedad, pudiendo ceder y comunicar los mismos exclusivamente a las autoridades sanitarias competentes en esta materia con fines de prevenir nuevos contagios. Éstos podrán ejercer sus derechos de acceso, rectificación, cancelación, oposición, supresión y portabilidad, en su caso, conforme a los parámetros y directrices que establece la Ley Orgánica 3/2018 de 5 de Diciembre de Protección de Datos de Carácter Personal, mediante comunicación dirigida al domicilio social del Centro Deportivo, junto con copia de su DNI. Los datos serán conservados durante el tiempo en que se desarrolle la actividad deportiva y puedan exigir las autoridades sanitarias.

Firmado Atentamente,

# Estación de desinfección

BeOne es un espacio seguro



Desinfectate las manos  
con frecuencia.

# Pulverizador desinfectante

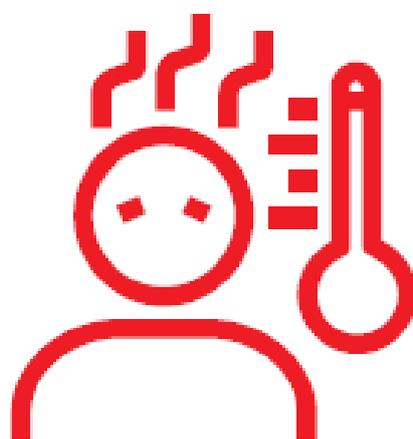
BeOne es un espacio seguro



Utilízalo antes y después de  
uso de material y maquinaria.

# Control de temperatura

BeOne es un espacio seguro



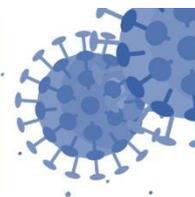
No está permitido el acceso con  
temperatura corporal  $\geq 37,5$  °C.



**Temporalmente  
no disponible**

Anexo IV. Carteles de recomendaciones.

**¿Qué puedo hacer para protegerme del nuevo coronavirus y otros virus respiratorios?**



**Lávate las manos** frecuentemente y meticulosamente



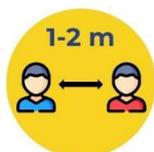
**Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca,** ya que las manos facilitan su transmisión



Al toser o estornudar, **cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado**



**Usa pañuelos desechables** para eliminar secreciones respiratorias y tíralo tras su uso



Mantén **1-2 metros de distancia** entre personas



**Si presentas síntomas, aíslate en tu habitación**  
Consulta cómo actuar en la web del Ministerio de Sanidad

17 abril 2020  
Consulta fuentes oficiales para informarte:  
[www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)  
@sanidadgob

**#ESTE VIRUS  
LO PARAMOS UNIDOS**



# LAVARSE LAS MANOS

PARA PROTEGERSE Y  
PROTEGER A LOS DEMÁS

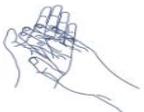
## ¿POR QUÉ?

La correcta higiene de manos es una medida esencial para la prevención de todas las infecciones, también las provocadas por el nuevo coronavirus



## ¿CUÁNDO DEBO LAVÁRMELAS?

-  Tras estornudar, toser o sonarse la nariz
-  Después del contacto con alguien que estornuda o tose
-  Después de usar el baño, el transporte público o tocar superficies sucias
-  Antes de comer





**Frótate las palmas de una mano contra el dorso de la otra entrelazando dedos**



**Frótate el dorso de los dedos de una mano con la palma de la otra**



**Con un movimiento de rotación, frótate el pulgar atrapándolo con la palma de la otra mano**



**Frótate los dedos de una mano con la palma de la otra con movimientos de rotación**



**Enjuágate las manos con agua**



**Sécate las manos con una toalla de un solo uso**

## COLOCACIÓN DE LA MASCARILLA

### A TENER EN CUENTA:

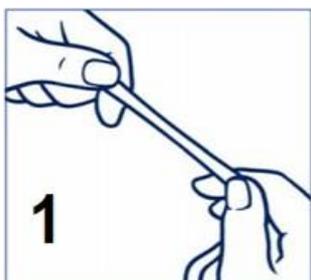
Lavarse las manos adecuadamente.

Comprobar la fecha de caducidad y que la mascarilla no presenta defectos ni en las bandas ni en el material filtrante, clip nasal, etc.

Los elementos de protección se deben colocar en el siguiente orden: mascarilla, y guantes.

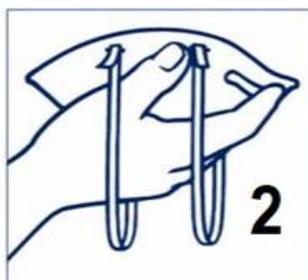
Ajustar la mascarilla correctamente para conseguir una protección adecuada. La barba, patillas, etc. pueden impedir el ajuste.

En caso de llevar gafas, hay que quitárselas para colocar y ajustar la mascarilla.



#### PASO 1

Verifique el estado de las tiras.



#### PASO 2

Coloque la copa del respirador en su palma con las tiras colgando.



#### PASO 3

Posiciónelo bajo el mentón y sobre la nariz. Sosténgalo y firmemente coloque las tiras por detrás de su cabeza.



#### PASO 4

Ajuste las tiras de forma que la de arriba que la de arriba quede en su nuca y la otra debajo de sus orejas.



#### PASO 5

Usando ambas manos al mismo tiempo, ajústala en la zona de la nariz.



#### PASO 6

Cubra el frente con ambas manos. Inhale profundamente. Si penetra aire por las orillas, reajuste la banda y las tiras y repita el chequeo

FUENTE: ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD

# CÓMO QUITARTE LOS GUANTES DE FORMA SEGURA



## PASO 1

Agarra la parte exterior del guante por la muñeca sin tocar tu piel.



## PASO 2

Despega el guante de tu mano, tirando de él de adentro hacia afuera.



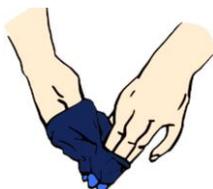
## PASO 3

Sostén el guante que acabas de quitarte con la mano que aún tienes enguantada



## PASO 4

Despega el segundo guante metiendo los dedos dentro de él a la altura de tu muñeca



## PASO 5

Da la vuelta al segundo guante mientras lo despegas de tu mano y deja dentro de él el primer guante



## PASO 6

Desecha los guantes de forma segura, sin reutilizarlos en ningún caso



## PASO 7 LAVA TUS MANOS

Inmediatamente después de quitarte los guantes lava tus manos con agua y jabón

FUENTE: CENTROS PARA EL CONTROL Y PREVENCIÓN DE LAS ENFERMEDADES, CDC