

Ministerio
de **Salud**
Costa Rica



LS-CS-020. Lineamientos para la apertura de Centros Recreativos (clubes, áreas o espacios recreativos y de actividad física privados) ante la Emergencia por COVID-19

Versión: 001
Primera edición

Fecha de elaboración:
17-11-2020

Elaborado por:
Ministerio de Salud

Aprobado por:
Ministerio de Salud

ÍNDICE

<i>Índice</i>	1
<i>Prólogo</i>	2
1. <i>Objetivo y campo de aplicación</i>	2
2. <i>Referencias documentales</i>	3
2.1 <i>Lineamientos de referencia</i>	3
2.2 <i>Bibliografía</i>	3
2.3 <i>Documentos de consulta adicionales</i>	3
3. <i>Definiciones y terminología</i>	3
4. <i>Abreviaturas</i>	4
5. <i>Contenido técnico / requisitos técnicos</i>	4
5.1 <i>Generalidades</i>	4
5.2 <i>Administradores de instalaciones deben:</i>	4
5.3 <i>Funcionarios de las instalaciones deben:</i>	5
5.4 <i>Usuarios de las instalaciones:</i>	5
5.5 <i>Condiciones físicas de las instalaciones:</i>	6
5.6 <i>Limpieza y desinfección de instalaciones:</i>	6
6. <i>Observancia</i>	7
<i>Anexos</i>	8

PRÓLOGO

El Ministerio de Salud es la instancia rectora, según la Ley General de Salud N° 5395, cuya misión es:

“Institución que dirige y conduce a los actores sociales para el desarrollo de acciones que protejan y mejoren el estado de salud físico, mental y social de los habitantes, mediante el ejercicio de la rectoría del Sistema Nacional de Salud, con enfoque de promoción de la salud y prevención de la enfermedad, propiciando un ambiente humano sano y equilibrado, bajo los principios de equidad, ética, eficiencia, calidad, transparencia y respeto a la diversidad”

Este lineamiento ha sido desarrollado en cumplimiento con los criterios técnicos establecidos en la Normativa Jurídica, las Normas técnicas institucionales y aquellas que se han definido mediante los Decretos Ejecutivos emitidos por el Poder Ejecutivo en los preparativos y respuesta ante la emergencia por COVID-19.

Este documento número LS-CS-020:2020 fue aprobada por Ministerio de Salud en la fecha del 18 de noviembre del 2020. El mismo está sujeto a ser actualizada permanentemente con el objeto de que responda en todo momento a las necesidades y exigencias actuales.

A continuación, se mencionan las organizaciones que colaboraron en la elaboración de este lineamiento:

Participantes	Organización
Equipo de Gestión Documental	Ministerio de Salud
Keylor Castro Chacón	Ministerio de Salud

Fuente: elaboración propia, 2020.

1. OBJETIVO Y CAMPO DE APLICACIÓN

El presente lineamiento tiene como objetivo establecer las acciones preventivas y de mitigación que deberán ser aplicadas para la apertura de Centros recreativos (clubes, áreas o espacios de recreación y actividad física privadas) en el marco de la atención a la emergencia nacional ante la pandemia COVID-19.

La aplicación de este lineamiento va dirigido a los administradores y usuarios de áreas de recreación y actividad física privadas. Su alcance es para todo el territorio nacional y de carácter obligatorio, como parte de las acciones preventivas y de mitigación dictadas por el Ministerio de Salud para la atención de la alerta por COVID-19.

Estos lineamientos se revisarán de forma periódica y se publicará la versión vigente en la página web del Ministerio de Salud:

<https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-prensa/noticias/741-noticias-2020/1532-lineamientos-nacionales-para-la-vigilancia-de-la-infeccion-por-coronavirus-2019-ncov>

2. REFERENCIAS DOCUMENTALES

2.1 Lineamientos de referencia

- [Lineamientos Nacionales para la Vigilancia de la Enfermedad COVID-19.](#)
- [Lineamientos generales para servicios de alimentación al público debido a la alerta sanitaria por Coronavirus \(COVID-19\)](#)
- [Lineamientos generales para limpieza y desinfección de espacios físicos ante el Coronavirus \(COVID-19\).](#)
- [Lineamientos General sobre el uso de mascarilla a nivel comunitario en el marco de la alerta por \(COVID-19\).](#)
- [Lineamientos básicos de conducta para reducir el riesgo de transmisión de COVID-19, asociados a la responsabilidad individual.](#)
- [Lineamiento general para propietarios y administradores de Centros de Trabajo por COVID-19](#)
- [Lineamientos generales para el uso del Equipo de Protección Personal \(EPP\), para prevenir la exposición al COVID-19 en servicios de salud y Centros de trabajo.](#)
- [Lineamientos generales para Condominios Comerciales, condominios con espacios comerciales y residenciales, Condominios Residenciales debido a la alerta sanitaria por Coronavirus \(COVID-19\).](#)
- [Lineamientos generales para el uso de piscinas \(academias, hoteles, clubes, condominios\) en el marco de la alerta por COVID-19.](#)

3. DEFINICIONES Y TERMINOLOGÍA

3.1 Los coronavirus (CoV): son una amplia familia de virus que pueden causar diversas afecciones, desde el resfriado común hasta enfermedades más graves, como ocurre con el coronavirus causante del síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS-CoV) y el que ocasiona el síndrome respiratorio agudo severo (SARS-CoV). El coronavirus nuevo es un virus que no había sido identificado previamente en humanos.

3.2 Tipos: Es importante tener en cuenta que existen otros cuatro coronavirus humanos endémicos a nivel global: HCoV-229E, HCoV-NL63, HCoV-HKU1 y HCoV-OC43. Estos coronavirus son diferentes al nuevo coronavirus llamado SARS-CoV-2 que produce la enfermedad llamada COVID-19.

3.3 COVID-19: es la enfermedad infecciosa causada por el coronavirus que se ha descubierto más recientemente, se transmite por contacto con otra que esté infectada por el virus. La enfermedad puede propagarse de persona a persona a través de las gotículas procedentes de la nariz o la boca que salen despedidas cuando una persona infectada habla, tose o estornuda, también si estas gotas caen sobre los objetos y superficies que rodean a la persona, de modo que otras personas pueden tocar estos objetos o superficies y luego se tocan los ojos, la nariz o la boca (OPS/OMS, 2020).

3.4 Recreación: Se entiende como el conjunto de actividades agradables en las cuales se participa durante el tiempo libre y que fomentan el uso positivo de éste para promover el desarrollo integral de las personas. Este desarrollo integral se alcanza por medio de experiencias significativas de educación no formal, el disfrute de o el gozo por lo que se hace, la selección de actividades que agradan y la participación voluntaria en lo que se desea realizar.

3.5 Actividad física: Cualquier movimiento corporal intencional producido por los músculos esqueléticos que genera un gasto de energía (Organización Panamericana de la Salud).

Dependiendo de la especificidad del lineamiento, se pueden tomar las definiciones operativas contenidas en el Lineamiento General de Vigilancia https://www.ministeriodesalud.go.cr/sobre_ministerio/prensa/docs/lineamientos_nacionales_vigilancia_infeccion_coronavirus_v11_02042020.pdf

4. ABREVIATURAS

- Ministerio de Salud (MS)
- Caja Costarricense del Seguro Social (CCSS)
- Coronavirus 2019 (COVID-19)
- Organización Panamericana de la Salud (OPS)
- Organización Mundial de la Salud (OMS)
- Equipo de Protección Personal (EPP)

5. CONTENIDO TÉCNICO / REQUISITOS TÉCNICOS

El siguiente contenido técnico orienta a las partes interesadas a ofrecer medidas de tipo sanitarias para mitigar la aparición y propagación de casos de COVID-19 en las áreas de recreación y actividad física privadas.

5.1 Generalidades

- Deben contar con Permiso Sanitario de Funcionamiento (PSF) vigente al día.
- Para las áreas o espacios en condominios deben seguir las disposiciones contenidas en el documento: *Lineamientos generales para Condominios Comerciales, condominios con espacios comerciales y residenciales, Condominios Residenciales debido a la alerta sanitaria por Coronavirus (COVID-19)*.
- Para el uso de piscinas en estos espacios deben de seguir las disposiciones contenidas en el documento: *Lineamientos generales para el uso de piscinas (academias, hoteles, clubes, condominios) en el marco de la alerta por COVID-19*.
- Queda totalmente prohibido el ingreso de personas con síntomas o signos de resfrío o gripe.
- Se debe llevar un control adecuado de asistencia para respetar el aforo al 50%.
- Solo se permite la asistencia y permanencia de personas en burbujas sociales.
- Uso adecuado y obligatorio de la mascarilla en las instalaciones.
- Deben establecer zonas marcadas para garantizar distanciamiento físico de mínimo 1,8 metros entre las personas en zonas de espera y filas.
- Las burbujas sociales serán constituidas por personas del mismo núcleo familiar.

5.2 Administradores de instalaciones deben:

- Contar con procedimientos implementados que contengan las medidas sanitarias para disminuir el riesgo de contagios y permitir una apertura de estos espacios de manera segura, implementando medios de reservación de espacios, horarios, uso de equipo de protección y espacios de alimentación.
- Garantizar el suministro y el correcto uso del equipo de protección personal e insumos necesarios para la limpieza y desinfección de espacios, al personal a cargo de dichas labores.
- Garantizar el suministro y el correcto uso del equipo de protección personal de forma permanente del personal.
- Llevar un registro de salud diario de sus empleados.

- Verificar el cumplimiento de las disposiciones sanitarias y medidas sobre la actividad desarrollada.
- Garantizar que los espacios comunes; ranchos, mesas de pic nic, sala de juegos, sean asignados y utilizados por burbujas sociales, de forma individual y que no sean compartidos o utilizados de manera simultánea por más de una burbuja social.
- Garantizar que los espacios comunes; aula de capacitación, salas de fiestas, piscina, zonas verdes, sala de juegos, tienda y restaurantes, deben de cumplir con las medidas administrativas MS-DM-6958-2020 y sus reformas, las condiciones de aforo, distanciamiento y lineamientos sanitarios.
- Garantizar que los espacios comunes; cancha de fútbol, baloncesto, voleibol y tenis, sea para la práctica del deporte de conformidad a lo autorizado por el Ministerio del Deporte.
- Revisar periódicamente la actualización de lineamientos nacionales (generales y específicos) para la atención del COVID-19 en el siguiente link: <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/centro-de-prensa/noticias/741-noticias-2020/1532-lineamientos-nacionales-para-la-vigilancia-de-la-infeccion-por-coronavirus-2019-ncov>

5.3 Funcionarios de las instalaciones deben:

- Notificar de inmediato si presenta síntomas respiratorios y otros asociados a COVID-19, o ser contacto de un caso confirmado externo, vía telefónica al administrador y acudir al centro de salud más cercano.
- Uso correcto y obligatorio del Equipo de Protección Personal de con el documento: *Lineamientos generales para el uso del Equipo de Protección Personal (EPP), para prevenir la exposición al COVID-19 en servicios de salud y Centros de trabajo vigente.*
- Debe quitarse y desechar de manera correcta el EPP según las labores que realiza.
- Verificar que los usuarios utilicen mascarilla de manera correcta y permanente mientras se encuentren dentro de las instalaciones en espacial en los espacios comunes.
- Disminuir el contacto con los usuarios en la medida de lo posible sin afectar la calidad del servicio.
- Cumplir con los protocolos sanitarios de: lavado de manos, estornudo, tos y formas de saludar.

5.4 Usuarios de las instalaciones:

- Queda TERMINANTEMENTE PROHIBIDO que personas con síntomas o signos de resfrío o gripe vayan a lugares de trabajo, de estudio o de reunión.
- Lavarse las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño y después de sonarse la nariz, toser o estornudar, tocar dinero entre otras.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca ya que son zonas más vulnerables para contagio de agentes infecciosos.
- Cubrirse cuando tose o estornude, utilizando el protocolo de estornudo.
- Utilizar formas alternativas para saludar y evitar el contacto físico.
- Usar mascarilla de manera correcta y obligatoria mientras se encuentre en las instalaciones y área comunes.
- Mantener una distancia mínima de 1.8 metros entre todas las personas o burbujas sociales como norma de distanciamiento físico.
- No se permite el contacto con personas que no sean de su misma burbuja social.

5.5 Condiciones físicas de las instalaciones:

- Deben distribuir las personas en un espacio abierto garantizando que se cumplan los 1,80 metros cuadrados, dejando pasillos de acuerdo con la ley 7600; con un aforo máximo del 50%.
- Deben contar con un lavamanos y jabón antes de ingresar a las instalaciones. Sin excepción todos los usuarios deben realizar este protocolo de higiene y desinfección. De manera complementaria se pueden colocar dispensadores de alcohol en gel entre 60° o 70° en sitios estratégicos.
- Colocar en espacios visibles los protocolos lavado de manos, de tos y estornudo y otras formas de saludar.
- Los servicios sanitarios deben contar con: lavamanos, papel higiénico, agua potable, jabón antibacterial, alcohol en gel con una composición de al menos entre 60° o 70° de alcohol y toallas de papel desechable para el secado de manos
- En caso de que se establezcan filas para el ingreso o área de alimentos se debe guardar la distancia de 1.8 metros entre cada persona.

5.6 Limpieza y desinfección de instalaciones:

- Debe establecer un procedimiento de limpieza que contenga: las frecuencias, los productos utilizados, el EPP adecuado y registros con hora y nombre de los responsables.
- Se debe efectuar la limpieza y desinfección de manera frecuente y hacer uso de implementos desechables. En el caso de utilizar implementos reutilizables en estas tareas, estos deben desinfectarse utilizando los siguientes productos: hipoclorito de sodio al 0.1% (dilución 1:50) si se usa cloro doméstico a una concentración inicial de 5%. Lo anterior equivale a que por cada litro de agua se debe agregar 20cc de cloro (4 cucharaditas) a una concentración de un 5%. Para las superficies que podrían ser dañadas por el hipoclorito de sodio, se puede utilizar alcohol de entre 60° y 70°.
- Limpiar las superficies que se tocan con frecuencia (pasamanos, botoneras, pomos de puertas, fichas de parqueo, apoya brazos, asientos, ascensores, escaleras eléctricas, entre otros), deberán ser limpiadas con solución de alcohol entre 60° o 70° o desinfectantes frecuentemente.
- Limpiar y desinfectar los equipos o utensilios que se utilicen durante el desarrollo de las actividades.
- Garantizar el Equipo Protección Personal correspondiente a los responsables de realizar las labores de limpieza y desinfección.
- Para los casos donde tienen contratos tercerizados para la limpieza y desinfección, se debe asegurar que se brinden y utilicen los artículos de limpieza y equipo de protección personal de manera adecuada.
- La gestión de residuos derivados de las tareas de limpieza y desinfección como utensilios de limpieza y equipo de protección personal desechables, en todos los lugares de trabajo deberán ser desechados de manera correcta en contenedores de basura adecuados para la recolección de residuos, preferiblemente con ruedas y pedal para la apertura.
- Mantener los lugares donde se realizan las actividades bien ventiladas, sin crear corrientes bruscas de aire. En caso de tener aires acondicionados los mismos deberán tener revisión, mantenimiento y limpieza adecuado de filtros.
- Contar con una bitácora que contenga la frecuencia, el espacio y la persona responsable de la realización de la limpieza y desinfección.

6. OBSERVANCIA

Instancia que ejerce control -regulación sobre este lineamiento	Medios de Verificación / Evidencia
Ministerio de Salud	Verificación de Lineamientos y Normativa
Direcciones Regionales y Áreas Rectoras de Salud	Inspecciones, seguimiento de denuncias y emisión de Ordenes Sanitarias
Administradores	Cumplimiento de las disposiciones sanitarias

ANEXOS

Formas de detener el contagio, protocolo de lavado de manos, protocolo de estornudo y tos, otras formas de saludar y factores de riesgo.

Detenga el contagio de COVID-19

- 1** Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón
- 2** No se toque la cara si no se ha lavado las manos
- 3** Limpie los objetos y superficies de alto contacto
- 4** Tápese la nariz y la boca con el antebrazo al toser o estornudar
- 5** Mantenga el distanciamiento físico de 1.8 metros
- 6** Quédese en casa siempre que sea posible
- 7** Evite ir a lugares donde haya mucha gente, sobre todo si tiene factores de riesgo.
- 8** Trate de que su contacto cercano sea sólo con su burbuja social (con quienes convive a diario)
- 9** Use mascarilla como barrera de protección

PREVENÍ EL COVID-19 EN SODAS, RESTAURANTES Y CAFETERÍAS



Asegurate que se efectúe la limpieza de mesas y superficies previo a tu uso.



Evita manipular objetos de uso común como dispensadores de salsas, sal, otros.



Respetá la disposición de los muebles establecida por el local.



No compartás alimentos con tus acompañantes.



Procurá no hablar mientras ingerís los alimentos.



Preferí medios de pago electrónicos.

¡CUIDÉMONOS!



LAVADO DE MANOS



USO CORRECTO DE MASCARILLA



DISTANCIAMIENTO FÍSICO



Ministerio de Salud
Costa Rica

SI ES

Burbuja Social

El grupo de personas que conviven regularmente en el mismo hogar



Ministerio de Salud
Costa Rica

¿Cómo lavarse las manos?

 DURACIÓN DEL PROCESO: 30 SEGUNDOS

PARA RESTREGARSE LAS MANOS CANTE "CUMPLEAÑOS FELIZ" DOS VECES



1

Humedezca las manos con agua y cierre el tubo



2

Aplique suficiente jabón



3

Frote sus manos palma con palma



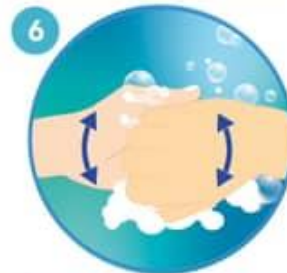
4

Frote la palma de la mano derecha sobre el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa



5

Frote las manos entre sí, con los dedos entrelazados



6

Apoye el dorso de los dedos contra las palmas de las manos, frotando los dedos



7

Rodeando el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, frote con un movimiento de rotación y viceversa



8

Frote circularmente la yema de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda y viceversa



9

Enjuague abundantemente con agua



10

Sacuda muy bien las manos y séquelas idealmente con una toalla desechable



11

Use la toalla para cerrar la llave



Ministerio de **Salud**

¿Cuándo hay que lavarse las manos?



Antes de tocarse la cara



Antes de preparar y comer los alimentos



Después de ir al baño



Antes y después de cambiar pañales



Después de toser o estornudar



Después de visitar o atender una persona enferma



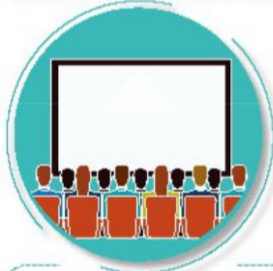
Después de tirar la basura



Después de utilizar el transporte público



Después de estar con mascotas



Luego de estar en zonas públicas



Después de tocar dinero o llaves



Después de tocar pasamanos o manijas de puertas

Forma correcta de toser y estornudar



Ministerio
de **Salud**



CUBRA SU BOCA Y NARIZ
CON LA PARTE SUPERIOR DEL
BRAZO, HACIENDO UN SELLO
PARA EVITAR SALIDA
DE GOTITAS DE SALIVA



O CÚBRASE
CON UN PAÑUELO
DESECHABLE



DEPOSITE EL PAÑUELO
EN EL BASURERO,
NO LO LANCE
AL MEDIO AMBIENTE



NUNCA SE TOQUE LA CARA
SINO SE HA LAVADO
LAS MANOS
CON AGUA Y JABÓN

¡DETENGA EL CONTAGIO!

Hay otras formas de saludar no lo hagas de mano, beso o abrazo



CON EL PIE



JUNTANDO LAS MANOS



AGITANDO LAS MANOS



CON EL PUÑO DE LEJOS



CON ELCODO



Ministerio de **Salud**
Costa Rica