

**OSASUN SAILA**

Osasun Sailburuordetza
Osasun Publikoaren eta Adikzioen
Zuzendaritza

DEPARTAMENTO DE SALUD

Viceconsejería de Salud
Dirección de Salud Pública
y Adicciones

GIMNASIOETARAKO JARRAIBIDEAK COVID-19AREN TRANSMISIOA PREBENITZEKO.

2021eko ekaina

Jarduerak garatzean, ezinbestekoa da prebentzio-neurriak dituzten protokoloak egitea eta aplikatzea, gaixotasunaren transmisioa murrizteko, Osasun Publikoko Jarraibide Orokorren arabera¹:

Neurri orokorrez gain, gimnasioetan honako neurri espezifiko hauek aplikatuko dira:

1. Antolaketa-neurriak

- **Erreferentziazko pertsona bat** izendatuko da COVID-19arekin zerikusia duten alderdi guztietarako, eta prebentzio-neurri guztiak betetzeaz arduratuko da. Era berean, pertsona hori arduratuko da Zaintza eta Ikerketa Sareari informazioa emateaz, beharrezkoa denean kontaktuak iker ditzan.
- COVID-19aren kasu positiboen kontaktuen bilaketa errazteko, **erabiltzaileak erregistratzeko sistema** bat izango da, jarduera motaren, erabilitako aretoaren, egunaren eta ordutegiaren arabera. Informazioa gutxienez 3 astez gordeko da, eta eskuragarri egongo da Osasun Sailarentzat, beharrezkoa den guztietan.
- Taldeen gehieneko tamainak eta aldagelak erabiltzeko arauak COVID-19aren hedapena geldiarazteko indarrean dagoen araudian ezarritakoa beteko dute.

2. Edukiera

- Gehieneko edukiera erabilera bereiziko areto edo espazio bakoitzerako ezarriko da, indarreko legeriaren arabera, eta ikusteko moduan jarriko da. Kontrol-prozedurak ezarriko dira, inoiz ez gainditzeko.
- Gomendagarria da aurrez ordua hartzeko sistemak erabiltzea.

3. Distantzia

- Makina estatikoak dituzten aretoak: makinaren banaketa espaziala ezarriko da, pertsonen arteko segurtasun-distantzia gutxienez 1,5 metrokoa izan dadin, eta distantzia hori beti bete beharko da. Erabiltzaileak aurrez aurre egon ez daitezen orientatuko dira makinak.

¹ Ikusi [Osasun publikoko jarraibideak, COVID-19aren transmisioa prebenitzera bideratutako protokolo eta plan espezifikoak egiteko.](#)

- Mugikortasuna dakarten jarduerak dituzten aretoak: Pertsonen banaketa espaziala ziurtatuko da, hurbiltasun haundieneko uneetan 1,5 metroko distantzia errespetatzen da.

Oro har, ahalegina egingo da pertsonen arteko distantzia ahalik eta handiena izan dadin, eta, horretarako, modu homogeneoan erabiliko da areto ezberdinen azalera erabilgarri guztia.

4. Aireztapena

Instalazioak (aretoak, aldagelak, komunak, korridoreak...) **modu jarraituan** aireztatzea ziurtatuko da, bai erabiltzen diren bitartean, bai eta itxi ondoren ere.

- **Aireztapena naturala** bada, **gurutzatua** izatea gomendatzen da; hau da, kontrako hormetako leihoak edo atak irekitzea. Ahalik eta puntu gehien egongo dira irekita.
- Aireztapena mekanikoa bada, kanpoko airearen sarrera maximizatu beharko da, eta airearen **birzirkulazioa saihestu**. Kanpoko airearen ekarpena gutxienez 12,5 litro/segundo/pertsona izatea gomendatzen da. Aireztapen handiagoak gomendatzen dira, jarduera handia egin behar denean. Aireztapen mekanikoko sistemak teknikari kualifikatuek instalatuko, berrikusiko eta mantenduko dituzte.
- Aireztapena behar bezala egiten dela egiaztatuko da. Horretarako, **CO2aren neurgailuak** erabiltzea gomendatzen da. 800 ppm-tik beherako CO2 mailek aireztapen ona adierazten dute. (Ikusi [Gomendioak, SARS-Cov-2 birusa aerosolen bidez gutxiago hedatzeko](#)).

5. Informazio-neurriak

- Kartelen eta bestelakoen baliabide batzuen bidez, erabiltzaileei **prebentzio-neurri pertsonalei buruzko mezuak** indartuko zaizkie, hala nola: maskara erabili beharra, segurtasun-distantzia mantendu beharra, eskuen higiena, erabiltzen diren aparatuen gainean eskuoialak erabili beharra, makinak, objektuak edo materialak ez partekatzea edo erabili ondoren garbitzea, eta ez joatea COVID-19arekin bateragarriak diren sintomak izanez gero edo COVID-19a duten pertsonekin kontaktuan egon bada.
- Langileek eta jardueren arduradunek aplikatu beharreko prebentzio-neurrien berri izango dute.