

## **MEDIDAS GENERALES DE BIOSEGURIDAD Y NORMAS DE USO DENTRO LA TIENDA Y GIMNASIO DE ESCALADA**

### **ANTECEDENTES**

El nuevo coronavirus conocido a nivel mundial como COVID19, es un virus que produce cuadros clínicos que van desde un resfriado común, hasta enfermedades más graves en el cuerpo humano; se lo detectó por primera vez en diciembre del 2019 en Wuhan, China y todavía se desconocen muchos asuntos sobre esta pandemia.

Por medio del presente documento, MonoDedo Ecuador tiene como objetivo responder responsablemente ante la emergencia sanitaria y establecer protocolos de bioseguridad y normas de uso dentro de sus instalaciones para el manejo adecuado del personal y clientes, minimizando de esta manera los riesgos de contagio y la propagación del virus.

Nos hemos basado en las recomendaciones de instituciones de Salud y de otros establecimientos con similares características a nivel mundial, además de las normativas interpuestas por el gobierno de nuestro país.

### **MEDIDAS OBLIGATORIAS DE INGRESO**

1. **Revisión del Estado de Salud.** Se procederá a la toma de temperatura corporal de cada usuario. Si la temperatura excede los 37.3 grados centígrados o 99.14 grados Fahrenheit<sup>1</sup>, la entrada será rechazada.

**El estado de salud de cada persona debe cuestionarse de forma autocrítica. Si se presentan síntomas como: fatiga, fiebre, tos, dificultades respiratorias, congestión nasal, dolor de garganta o cabeza, no salir de casa.**

***MONODEDO se reserva el derecho de admisión, velando la seguridad de todos sus clientes y empleados.***

---

<sup>1</sup> OMS, 14.04.2020: [Getting your workplace ready for COVID-19](#)

## MEDIDAS GENERALES DE BIOSEGURIDAD Y NORMAS DE USO DENTRO LA TIENDA Y GIMNASIO DE ESCALADA

2. **Tapete de desinfección de calzado:** Al ingreso de nuestras instalaciones se ubicará una moqueta impregnada de desinfectante para el calzado de calle, misma que será de uso obligatorio, los zapatos se quedarán en un lugar dispuesto para los mismos.
3. **Uso de Alcohol y/o Gel antibacterial y lavado de manos:** Se proveerá de gel desinfectante en lugares de fácil acceso para todos los usuarios. Se dispondrá de los insumos necesarios para realizar la higiene de las manos correctamente: jabón y toallas desechables. Se recomienda hacerlo por al menos 25 segundos y con la mayor frecuencia posible.

**Importante:** Está prohibido el uso de los lavamanos para los pies.

4. **Uso de tapabocas:** Usarlos mientras se encuentran en interacción con otras personas, cubrirse la boca y la nariz adecuadamente.
5. **Distanciamiento Físico:** Se recomienda mantener una distancia mínima de un metro y medio entre usuarios y evitar aglomeraciones

\*Adicionalmente se tomarán medidas de limpieza en lugares y equipos de uso habitual.

### DENTRO DEL GIMNASIO DE ESCALADA.

**Respetar todas las medidas obligatorias de ingreso**

#### USO ADECUADOR DE LAS INSTALACIONES

Con el objetivo de evitar aglomeraciones, nuestros clientes disponen **de 2 horas** al día para entrenar y permanecer dentro del gimnasio.

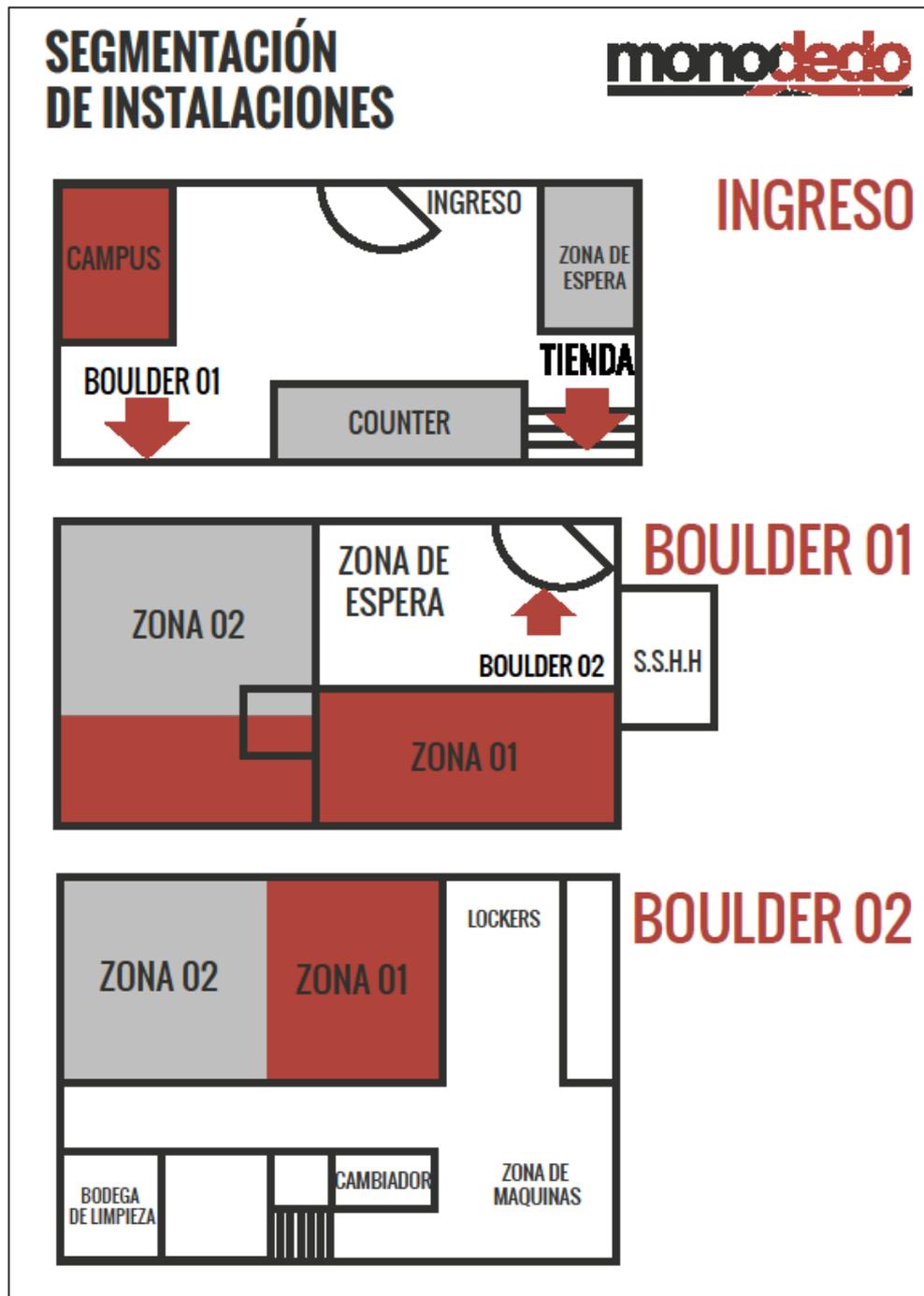
1. **Reservación de Uso.** Reserva tu horario de entrenamiento a través de:
  - Web: [www.monodedoecuador.com](http://www.monodedoecuador.com) Correo: [ecuador@monodedo.com](mailto:ecuador@monodedo.com)

Realiza tu reservación con al menos un día de anticipación, enviando: nombre completo, número de contacto, fecha y horario.

**Importante:** Esta será la única forma garantizar el uso en nuestras instalaciones.

## MEDIDAS GENERALES DE BIOSEGURIDAD Y NORMAS DE USO DENTRO LA TIENDA Y GIMNASIO DE ESCALADA

2. **Segmentación de los espacios.** Acorde a las normas de bioseguridad, se han señalado espacios específicos dentro de nuestras instalaciones con el fin de precautelar la seguridad de todos. El aforo se ha reducido al mínimo posible y los usuarios serán distribuidos de dos en dos en cada **zona** designada.



## MEDIDAS GENERALES DE BIOSEGURIDAD Y NORMAS DE USO DENTRO LA TIENDA Y GIMNASIO DE ESCALADA

### PROTOCOLOS DE HIGIENE Y MEDIDAS DE PROTECCIÓN MIENTRAS ESCALAS

3. **Uso de calzado obligatorio.** Usar adecuadamente el tapete de calzado desinfectante y colocar los zapatos de calle en el lugar señalado, inmediatamente colocarse el zapato de escalada y dirigirse a la zona designada. El uso de algún tipo calzado es obligatorio. Se prohíbe la circulación de clientes descalzos.
4. **Magnesio Líquido como Desinfectante Adicional de Manos.** El uso de **magnesio líquido** es obligatorio. Este producto se compone principalmente de alcohol, su contenido aproximado es superior al 70%, por lo tanto, contribuye al proceso de desinfección.

Adicionalmente, se recomienda lavarse las manos correctamente después de ingresar al gimnasio y antes de comenzar a escalar. Asimismo, se recomienda hacerlo regularmente durante los descansos y antes de reanudar el entrenamiento.

**Importante:** Se prohíbe el uso comunitario de bolsas de magnesio.

5. **Colchonetas.** Está prohibido acostarse o sentarse en las colchonetas.
6. **Bebidas.** Los envases de los hidratantes deben permanecer en sus propias mochilas e inmediatamente después de consumir, deberás guardarlos de nuevo, no compartas con otros usuarios.

\*Adicionalmente están establecidos horarios de limpieza recurrentes para poder llevar acabo la desinfección de las instalaciones (presas, volúmenes y colchonetas).