



RECOMENDACIONES PROCEDIMIENTOS EN ZONAS HIDROTERMALES DURANTE LA PANDEMIA COVID19

Este manual desarrolla los procedimientos y acciones a tomar en las zonas hidrotermales para lograr el cumplimiento de las recomendaciones realizadas por la OMS en cuanto a minimizar la expansión del COVID 19 y salvaguardar la salud de clientes y empleados.

Criterios generales

- ✓ Definir en cada centro el aforo máximo de cada área e instalaciones existentes (recepción, vestuario, zona circuito, zona cabinas) teniendo en cuenta las medidas de distanciamiento social definidas por la OMS, que asegure la distancia mínima entre personas de 1m-1.5 m, estableciéndose para ello una densidad máxima de:
 - 4 personas por cada 10 m² (= 2,5 m²/pax) en salas cerradas.
 - En caso de piscinas el ratio será de 3 m²/pax en piscinas interiores y de 2 m²/pax en piscinas exteriores.
- ✓ Disponer de PUNTOS DE ACOGIDA en las entradas a las distintas zonas, equipadas con:
 - Dosificador de hidrogel desinfectante, preferiblemente automático.
 - Caja de pañuelos desechables.
 - Cubo de basura con tapa accionada con pedal.
- ✓ Identificación de superficies de contacto ubicadas en zonas de uso público del área para definir ruta y periodicidad de desinfección (taquillas vestuarios, duchas, gimnasio, cabinas de tratamiento u otras).
- ✓ Se deben analizar las necesidades formativas de los profesionales del centro hidrotermal para reforzarlas a través de formación (p. ej. uso y mantenimiento de equipos de protección individual)
- ✓ Formar e informar diariamente al equipo sobre las medidas a aplicar, analizando puntos fuertes y áreas de mejora identificadas durante el servicio anterior, que permitan reforzar o modificar los protocolos definidos para obtener los mejores resultados.
- ✓ Utilizar mascarilla en los casos en que el procedimiento específico del puesto de trabajo y la evaluación de riesgos así lo determine y siempre que no pueda respetarse la distancia social y desecharla al finalizar su vida útil según las instrucciones indicadas por el fabricante.
- ✓ Evitar abrazos, besos o estrechar manos, y minimizar en la medida de lo posible, compartir objetos con clientes. En caso de hacerlo, solicitar al cliente que utilice el dispensador con gel desinfectante antes y después de cada interacción.
- ✓ Siempre que sea posible, potenciar el uso de las escaleras como alternativa al uso de los ascensores.
- ✓ Debe controlarse el correcto funcionamiento de sistemas de renovación de aire, cumpliendo en cualquier caso las recomendaciones de las autoridades sanitarias. Mantener bien limpios los filtros de los aires acondicionados.
- ✓ AL final de cada servicio, se debe hacer una renovación del aire (por ventilación natural o mecánica), para facilitar la evacuación de las partículas virales suspendidas.
- ✓ En todos los mostradores de recepciones, mesas y otras superficies de contacto, disponer de un pulverizador limpiador con solución de agua con hipoclorito sódico al 0,1% (20 ml de lejía doméstica en 1 L de agua). La limpieza debe hacerse con los pañuelos desechables para tirarlos después de cada uso en el cubo de basura con pedal (el cubo de basura debe disponer de bolsa



interior que debe ser recogida de forma separada y depositada en recipiente de “basura sin clasificar”.

- ✓ Tener el espacio del mostrador con los menos elementos posibles. Eliminar los objetos decorativos que no sean indispensables.
- ✓ El servicio complementario de agua se realizará mediante agua embotellada y no mediante fuentes de uso común (excepto si se trata de fuentes de fluido continuo, en cuyo caso se emplearían vasos desechables).

Recepción

- ✓ Se recomienda disponer en recepción de una placa de entrada para desinfectar el calzado.
- ✓ Colocar pantalla protectora en mostrador recepción.
- ✓ Colocación de materiales (cintas adhesivas en suelo, catenarias...) que permitan gestionar adecuadamente el aforo definido para cada zona durante la prestación del servicio, marcando cuando sea posible el recorrido de los usuarios por recepción, con una zona de entrada y otra de salida de forma que no hay cruce de clientes.
- ✓ Establecer de forma obligatoria el servicio de CITA PREVIA tanto en zona cabinas como en zona circuito, preferentemente vía telefónica o mail previo a la llegada del usuario en recepción, para que el tiempo de estancia en recepción del termal sea el mínimo posible.
- ✓ Se deben planificar las citas previas atendiendo a la demanda de clientes alojados y no alojados, para cumplir las condiciones de aforo en vestuarios.
- ✓ Se recomienda establecer un horario prioritario para mayores de 65, atendiendo al horario infantil que tenga el centro para no hacerlos coincidir en la medida de lo posible.
- ✓ Dar la bienvenida al cliente, e informarle sobre las medidas tomadas en las instalaciones, e invitarle a que utilice el gel desinfectante de manos a la entrada y a la salida de cada zona. Y solicitarle el cumplimiento de las distancias mínimas de seguridad entre clientes y entre cliente y empleado. Estas medidas informativas deben reforzarse en la medida de lo posible con Cartelería con medidas higiénicas e Indicaciones sobre distancia de seguridad (p. ej. marcado en el suelo en recepción del centro hidrotermal, entrada a la sala de tratamientos, etc.).
- ✓ Se debe definir el número de usuarios adecuado en zona circuito y zona cabinas, de forma que las entradas sean escalonadas. Para ello, dividir el aforo de la zona circuito entre 8 de forma que se vayan dando entradas cada 15 minutos, para llegar al máximo aforo a las 2 horas. (El máximo aforo será el calculado siguiendo los ratios señalados de densidad en piscinas para cumplir los criterios de distanciamiento).
- ✓ Debe fomentarse el pago con tarjeta u otros medios electrónicos y debe desinfectarse el TPV tras cada uso en el que exista contacto. La tarjeta de crédito sólo debería ser manipulada por el cliente.
- ✓ En **Vestuarios** se debe disponer de solución hidroalcohólica para el uso de clientes en la entrada; deben contar con dispensador de jabón y papel de secado o secador de manos; se deben evitar las toallas de manos, incluso las de uso individual; debe asegurarse la reposición de consumibles en todo momento (jabón, papel de secado, etc.); debe prescindirse de secadores de pelo de uso común; las papeleras deben contar con apertura de accionamiento no manual y disponer de doble bolsa interior.

Normas de seguridad e higiene de empleados

- ✓ Mantener una adecuada higiene personal. Llevar el pelo siempre perfectamente recogido, no portar anillos, pulseras, pendientes o similares, llevar las uñas cortas y cuidadas.



- ✓ Lavado y desinfección frecuente de manos siguiendo las instrucciones facilitadas por la OMS, y evitar tocarse los ojos, nariz y boca. La higiene de manos es la medida principal de prevención y control de la infección.
- ✓ Guardar la ropa y calzado en vestuario personal en bolsas o dentro de las taquillas personales para no mezclar con la ropa de otr@s compañer@s.
- ✓ Se recomienda tomarse la temperatura con termómetro digital sin contacto a la entrada de la instalación
- ✓ Ponerse el uniforme limpio y desinfectado cada día, nunca salir con el uniforme fuera de la instalación.
- ✓ No beber de la misma botella / vidrio, siempre utilizar vasos desechables o una botella personalizada, y no intercambiar artículos con otros (toallas, albornoces, etc.).
- ✓ Siempre que sea posible, mantener las distancias mínimas de seguridad entre empleados y en la interacción con los clientes. En caso de que no sea posible, deben garantizarse las medidas y equipos de protección necesarios.
- ✓ Realizar la desinfección de todos los objetos que compartimos con otros empleados del departamento o con clientes (teclados ordenador, datafonos, bolígrafos, ..) en cada interacción.
- ✓ En la fase de apertura de la instalación se debe usar guantes desechables y mascarilla reutilizable tipo FFP2. En una fase posterior se pasará a usar solo guantes sin mascarilla y en una tercera fase no será preciso el uso de guantes ni de mascarilla. El inicio de cada fase lo establecerá dirección atendiendo a las recomendaciones de las autoridades sanitarias.
- ✓ En caso de tener síntomas, informar inmediatamente a Jefe del departamento y/ o Dirección.
- ✓ Las reuniones entre trabajadores se organizarán en salas cumpliendo con las medidas de seguridad y protecciones específicas.
- ✓ Se debe evaluar la presencia en el entorno laboral de grupos vulnerables frente a la COVID-19 y determinar las medidas específicas de seguridad para este personal.
- ✓ El **personal de limpieza** debe utilizar el equipo de protección individual adecuado dependiendo del nivel de riesgo y del resultado de la evaluación de riesgos laborales. Como mínimo, el personal debe utilizar mascarilla y guantes. Los guantes deberían ser de vinilo/acrilonitrilo. En caso de utilización de guantes de nitrilo, es conveniente su desinfección con gel hidroalcohólico u otra sustancia virucida validada. Si los guantes no son de un solo uso, debe procederse a la desinfección. En caso de uso de guantes de látex, éstos deberían emplearse sobre otros de algodón. Una vez finalizada la limpieza, y tras despojarse de guantes y mascarilla, el personal de limpieza debe realizar una completa higiene de manos, con agua y jabón.

Zona circuito

- ✓ Antes de la puesta en marcha, en todas las piscinas se efectuará una hipercloración con 50 mg/l de cloro durante 1 hora, 30 mg/l durante 2 horas, 20 mg/l durante 3 horas o 5 mg/l durante 12 horas, con el pH entre 7 – 8.
- ✓ Mantener el sistema de cloración en piscinas por encima de 1 mg/l, así como la filtración y la recirculación del agua como mínimo desde 1 hora antes de apertura y durante todo el periodo de apertura de las piscinas.
- ✓ Evitar alquilar o prestar cualquier material tipo bañadores, gorros de piscina, material lúdico de piscina, gafas de piscina, material deportivo, ropa, etc.
- ✓ Dar instrucciones a todos los bañistas para que cumplan las normas y garantizar el seguimiento continuo de las mismas por parte de los usuarios.



- ✓ Reducir el número de tumbonas en la zona circuito de forma que se cumpla la distancia de seguridad entre las mismas, debe obligarse al uso de toalla o albornoz en todo el equipamiento (sillas, tumbonas, etc.) para evitar el contacto físico entre los clientes y el equipamiento, debiendo desinfectarse periódicamente.
- ✓ Señalizar con números los colgadores de la zona interior del circuito, y en los centros con servicio de vigilancia solicitar al usuario a la entrada el colgador dónde debe dejar su albornoz y toalla, de forma que haya una separación entre los mismos y sea fácilmente identificable su retirada posterior por el usuario.

Zona cabinas

- ✓ Colocar un PUNTO DE ACOGIDA en la entrada, equipadas con Dosificador de hidrogel desinfectante (preferiblemente automático), Caja de pañuelos desechables, Cubo de basura con tapa accionada con pedal, Mascarillas desechables y guantes para ofrecer al cliente.
- ✓ Evitar que coincidan clientes en el área de espera, pasándolos de una sala a otra si esta zona está ocupada.
- ✓ Es recomendable usar en cabinas de tratamientos sábanas y alfombras desechables. En caso de usar material textil, el usado en cada servicio debe reemplazarse con cada cliente. Una vez desechado para el lavado, aislarlo en bolsas cerradas. El lavado debe ser por encima de 60°C.
- ✓ Se recomienda trabajar con los guantes (si tiene la talla adecuada, el cliente no notará que se le está dando un masaje con guantes). Aplicar el gel hidro-alcohólico sobre los guantes antes de empezar al tratamiento con cada cliente. Desinfectar entre cliente y cliente, todo lo que haya estado en contacto: sillones, camilla, encimera, percha, pomo/tirador, en la medida de lo posible es recomendable hacerlo SIEMPRE EN PRESENCIA DEL CLIENTE.
- ✓ Cambiarse los guantes desechables después de cada servicio, uno con cada cliente.
- ✓ Desinfectar los utensilios ente uso y uso.
- ✓ Se recomienda al acabar la jornada desinfectar las salas usadas usadas (con ozono u otro sistema de desinfección), tanto salas de cabinas de tratamiento, saunas, vestuarios de clientes y/o de empleados.
- ✓ No deben realizarse tratamientos por vía atmiátrica, como aerosoles o nebulizadores, mientras no se disponga de información sobre los riesgos inherentes a estos tratamientos en el contexto actual
- ✓ En las salas de Estufas Húmedas debe respetarse el aforo (4 pax/ 10 m²) y la distancia de seguridad entre usuarios, debiendo desinfectarse y ventilarse bien después de cada jornada.

Servicio Médico

- ✓ Debe definirse y controlarse el aforo de la sala de espera, asegurando en todo caso la distancia de seguridad (p. ej. mediante el sistema de cita previa) o establecer métodos de separación física entre clientes.
- ✓ El médico debe estar protegido con mascarilla como mínimo y otros medios de protección adecuados conforme a protocolos.
- ✓ Evitar que el paciente toque elementos de la consulta, es recomendable que el paciente también lleve mascarilla.
- ✓ La distancia de separación debe ser adecuada medico paciente en mesa despacho, lo que puede requerir reordenación del mobiliario.
- ✓ Durante el examen médico a los clientes se debe comprobar la temperatura corporal del paciente, y debe hacerse preferiblemente con termómetro sin contacto- No se utilizarán toallas y la sesión



se realizará con guantes puestos. Usar membranas para fonendo y desinfectarlas con gel hidroalcohólico.

- ✓ Desinfección diaria de material utilizado, incluyendo instrumental, y lavado de manos, material usado, superficies, tras cada paciente.

Bibliografía usada para la elaboración de este manual:

- COVID-19. GUÍA DE BUENAS PRÁCTICAS PARA LOS ESTABLECIMIENTOS Y TRABAJADORES DEL SECTOR TURÍSTICO. Secretaria de Estado de Turismo. Ministerio de Industria, Comercio y Turismo. Ministerio de Sanidad. Gobierno de España, Abril 2020
- <https://es.cochrane.org/es/%C2%BFest%C3%A1-justificado-el-uso-generalizado-de-mascarillas-para-evitar-la-transmisi%C3%B3n-comunitaria-del>
- Manual de procedimientos ante pandemia COVID19 de OCA HOTELES, de Barceló Hoteles, de Paradores de Turismo y de Castilla Termal, Abril 2020
- Medidas para la reducción de riesgos higiénico-sanitarios frente al COVID-19. BALNEARIOS, Directrices y recomendaciones. Instituto para la Calidad Turística Española (ICTE). Secretaria de Estado de Turismo. Ministerio de Industria Comercio y Turismo. Gobierno de España. Mayo 2020
- “Medidas y pautas para la reapertura de centros deportivos y gimnasios frente al COVID-19”. 13 abril, 2020 by GC Asesoría Deportiva 35 Comentarios, Abril 2020
- https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/Listado_virucidas.pdf
- NORMA AQUAWELLNESS CALIDAD AITB, Versión 2020.05, Abril 2020
- “NOTA INFORMATIVA SOBRE O PECHE TEMPORAL DE INSTALACIONES CON PISCINAS CUBERTAS CON MOTIVO DA ALERTA SANITARIA POR COVID19”, Dirección general de Salud Pública, Consellería de Sanidade, Xunta de Galicia, Abril 2020
- Operational considerations for COVID-19 management in the accommodation sector. Interim guidance 31 March 2020. World Health Organization
- PREPARACIÓN ANTE RIESGO EPIDEMIOLÓGICO DEL COVID-19. De la circular N°09-20 del consejo nacional de establecimientos termales. (Francia 28 febrero - 2020). Traducido por Rodrigo Castro Rebolledo – MD. Especialista en Medicina Física y Rehabilitación. Con Formación en Medicina Termal. Hotel Termales El Batán, Colombia
- PROCEDIMIENTO DE ACTUACIÓN PARA LOS SERVICIOS DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES FRENTE A LA EXPOSICIÓN AL SARS-CoV-2. 8 de abril de 2020. Ministerio de Sanidad
- “Protocolo de actuación en nuestro centro de belleza después del confinamiento”, PROYECTO HIGIENE Y PROTECCIÓN DRV, Abril 2020
- PROTOCOLO PROTECCIÓN HIGIENIZACIÓN. CENTROS PRIVADOS FISIOTERAPIA. Ilustre Colegio Oficial de Fisioterapeutas de Andalucía. Mayo 2020
- Recomendaciones de FEDERTERME. Federterme General Council, which met in Rome on February 24, 2020
- Recomendaciones desescalada del Ilustre Colegio Oficial de Médicos de Pontevedra, Abril 2020

ELABORADO POR ANTONIO FREIRE. Mayo 2020. Contacto: afreire@galatermal.net