



**MEDIDAS PREVENTIVAS: EL DEPORTE ES PARA DISFRUTAR**  
Estudio de Seguridad y Salud en las Empresas e Instalaciones  
Dedicadas a la Actividad Física y de Salud. "Guía de Buenas Prácticas Preventivas"

CON LA FINANCIACIÓN DE LA  
 FUNDACIÓN  
PARA LA  
PREVENCIÓN  
DE RIESGOS  
LABORALES

 **MAPFRE** | SERVICIO DE  
PREVENCIÓN

**F.N.E.I.D.**  
FEDERACION NACIONAL DE EMPRESARIOS  
DE INSTALACIONES DEPORTIVAS

 **CCOO**  
comunicación y transporte

  
FEDERACIÓN DE SERVICIOS

# INDICE

<b>01 INTRODUCCIÓN</b>	<b>06</b>
<b>02 ANTECEDENTES Y JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO</b>	<b>10</b>
<b>03 OBJETIVOS Y ALCANCE</b>	<b>16</b>
<b>04 PRINCIPALES REQUISITOS NORMATIVOS EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD Y CONVENIO COLECTIVO DEL SECTOR</b>	<b>20</b>
Derechos y obligaciones de empresarios y trabajadores	22
Modalidades de organización de la actuación preventiva en la empresa	24
Evaluación de Riesgos Laborales	26
Planificación de la actividad preventiva	28
Información y formación a los trabajadores	29
Consulta y participación de los trabajadores	30
Medidas de emergencia	31
Vigilancia de la salud	31
Documentación	32
Coordinación de actividades empresariales	32
Convenio Colectivo del Sector	33
<b>05 SITUACIÓN DEL SECTOR</b>	<b>42</b>
<b>06 ESTUDIO DE LOS RIESGOS LABORALES DEL SECTOR DE LAS INSTALACIONES DEPORTIVAS Y DE LA SALUD</b>	<b>56</b>
Metodología	57
Instalaciones generales	58
Maquinaria, equipos y productos utilizados	76
Puestos de trabajo	91
<b>07 ESTADO DE LA PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES</b>	<b>144</b>
Visión de los trabajadores	145
Visión de técnicos y responsables	167
<b>08 ESTUDIO DE LAS NECESIDADES FORMATIVAS DEL SECTOR</b>	<b>180</b>
Metodología	181
Visión de los trabajadores	181
Visión de los expertos	205
<b>09 CONCLUSIONES</b>	<b>229</b>
<b>10 BIBLIOGRAFÍA Y REFERENCIAS NORMATIVAS</b>	<b>236</b>
<b>11 AGRADECIMIENTOS</b>	<b>244</b>
<b>12 ANEXO:</b>	
Fichas informativas para los trabajadores por puesto de trabajo.	248

## **INTRODUCCIÓN**

El sector de actividad formado por las empresas e instalaciones dedicadas a la actividad física y la salud ha experimentado una gran evolución y desarrollo en los últimos años, propiciado por el aumento de la demanda de una amplia gama de actividades relacionadas con el ejercicio físico, el bienestar y la salud.

La diversidad y amplitud de actividades ofertadas, muy atractivas y orientadas a las necesidades del cliente, ha jugado un papel fundamental en el desarrollo y evolución del sector que se ha ido abriendo a una amplia gama de usuarios atraídos por las nuevas tendencias y actividades relacionadas con el bienestar, la salud y la búsqueda de la armonía entre cuerpo y mente.

Dentro de la evolución del sector, si nos centramos en los aspectos relacionados con la seguridad y salud, nos damos cuenta de que, si bien se ha experimentado un avance importante en los últimos años, dicho avance ha estado enfocado predominantemente en la seguridad y salud desde el punto de vista del cliente o usuario, relegando la seguridad y salud del profesional a un segundo plano o, en determinados casos, confiándola a su propio criterio y profesionalidad.

Resulta por tanto necesario, en el marco de la normativa en materia de prevención de riesgos laborales, centrar nuestra atención en las condiciones de seguridad y salud del propio trabajador, y en particular en su interrelación con las instalaciones y lugares de trabajo, los equipos, maquinaria, las sustancias químicas y productos utilizados, la carga y organización del trabajo, su situación laboral, así como su relación con los usuarios y con el resto de trabajadores del centro.

Todo ello, con objeto de mejorar el conocimiento de los posibles riesgos que pueden afectar a la seguridad y salud de los trabajadores, proponer medidas de actuación preventiva y orientar a responsables, empresarios y trabajadores en la aplicación de los requisitos que establece la normativa de seguridad y salud en el trabajo para la mejora de las condiciones del mismo.

# 01

## INTRODUCCIÓN



**ANTECEDENTES Y JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO:**

Tradicionalmente la actividad de las empresas dedicadas al ejercicio físico se basaba fundamentalmente en gimnasios en los que era habitual la existencia de una fuerte vinculación y motivación personal entre el empresario y alguna disciplina deportiva. Esto era debido a que la actividad iba dirigida a un público muy concreto y específico que tenía un elevado interés por el ejercicio físico en alguna de sus formas (artes marciales, musculación...). Era por lo tanto un sector empresarial con escasa implantación y encuadrado en un círculo profesional muy cerrado.

En los últimos años, sin embargo, se ha producido un gran desarrollo del sector, que ha llevado aparejado una importante diversificación de actividades, una modernización del mismo y una apertura hacia un rango de sectores de población cada vez más amplio. Dicho desarrollo se ha puesto claramente de manifiesto tanto por el incremento del número de instalaciones, como por el aumento de las dimensiones de las mismas, sin embargo, es necesario destacar, que es un sector que se ha ido modelando a sí mismo, tendiendo cada vez hacia una mayor profesionalización y hacia una mayor gama de servicios ofertados. En este sentido ha tenido una gran importancia la iniciativa de las empresas privadas que se han visto obligadas a adaptarse a unas condiciones y tendencias muy cambiantes, así como a competir con las grandes instalaciones deportivas de carácter público, ofreciendo instalaciones, servicios y actividades muy novedosas y con un elevado grado de especialización y calidad.

Fruto de la evolución comentada, nos encontramos en la actualidad con un sector joven y dinámico, con una elevada capacidad de cambio y adaptación y un grado de profesionalización cada vez mayor, en el que predominan los centros e instalaciones que ofrecen una gran variedad de servicios y actividades basados en la actividad física, la salud y el tiempo libre, y orientados a un amplio público objetivo en el que se incluyen todos los grupos de edad y todo tipo de estratos sociales.

Evidentemente, el cambio producido en la concepción y filosofía del sector tiene repercusiones sobre los trabajadores del mismo, que requieren un alto grado de profesionalización, una buena base formativa, una serie de habilidades sociales y organizativas, así como una alta capacidad de adaptación y reciclaje profesional. Todo ello, orientado a poder afrontar con éxito las diversas demandas y necesidades de clientes y usuarios, aportando un servicio de calidad.

Por otro lado, dentro de la tendencia hacia la configuración como sector independiente de actividad, cabe destacar la firma de un primer Convenio Colectivo propio en el año 2004 (anteriormente estas actividades se incluían en el Convenio Colectivo de Peluquerías y Salones de Belleza) y de un II Convenio Colectivo Estatal de Instalaciones Deportivas y Gimnasios en julio de 2006, firmado por la Federación Nacional de Empresarios de Instalaciones Deportivas (FNEID), la Federación de Servicios de UGT (FeS-UGT) y la Federación de Comunicación y Transporte de CCOO (FCT-CCOO). Estos convenios nacen con el impulso de los diversos agentes sociales implicados en el sector ante la necesidad de establecer una regulación sobre este tipo de actividades y de adaptar la legislación existente a las características propias y los cambios producidos en el mismo.

## 02 ANTECEDENTES Y JUSTIFICACIÓN DEL ESTUDIO

Si bien el II Convenio Colectivo Estatal de Instalaciones Deportivas y Gimnasios recoge un apartado dedicado a salud laboral e IT, resulta necesario profundizar en el estudio de la situación real en materia de seguridad y salud, así como proporcionar una guía de buenas prácticas preventivas que facilite la actuación de las empresas y trabajadores dedicados a la actividad física y la salud en esta materia. Todo ello, de acuerdo con los objetivos de difusión de la cultura preventiva y de aportar instrumentos de ayuda para la gestión de la prevención de riesgos laborales en PYMES, que establece la recientemente aprobada "Estrategia de Seguridad y Salud en el Trabajo 2007-2012".

Por último, el estudio de las necesidades formativas de los trabajadores del sector, servirá de ayuda para el desarrollo de un perfil profesional que cumpla con las demandas del sector y que incorpore aquellos aspectos en materia de prevención de riesgos laborales orientados a mejorar las condiciones laborales y a alargar su futuro profesional.

En este sentido se están llevando a cabo diversas actuaciones a nivel nacional y europeo dirigidas a definir el sector, así como las diferentes cualificaciones y competencias que deben reunir los profesionales del mismo. Entre estas actuaciones se encuentran el establecimiento de la familia profesional de las Actividades Físicas y Deportivas dentro del Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales, así como los proyectos europeos AEHESISS (Aligning a European Higher Education Structure in Sport Science) dedicado a alinear las estructuras educativas universitarias europeas de la ciencia del deporte y a procurar que se adapten a las necesidades reales del Mercado, Eurofit-QST, destinado a crear un marco europeo de cualificaciones en el sector del "fitness" basado en las competencias y en conocimientos necesarios para el desarrollo de las actividades de salud y fitness, RBT - Row the Boat Together, cuyo objetivo es la solicitud de creación de un Comité de Dialogo Social Europeo específico para el desarrollo del dialogo social en todas las ramas del Sector Europeo del Deporte, tanto profesional como voluntario, de ocio, y comercial o de servicios, a través de la elaboración de "2 mapas de 100" interlocutores sociales y el desarrollo de mesas redondas en los países miembros, así como EQF – European Qualification Framework, dirigido al establecimiento de relaciones estables entre todos los "stakeholders" en el Sector del Deporte (Autoridades públicas, Interlocutores sociales: Empresarios y Sindicatos, Proveedores de Educación y Entrenamiento y Organizaciones sectoriales de ámbito Europeo) con el objetivo de implementar y desarrollar colaboraciones en el campo de la educación vocacional y el entrenamiento: Titulaciones, transferencia y acumulación de créditos, formación "informal", perfiles ocupacionales directos y relacionados, etc.

#### DIRECCIONES DE REFERENCIA:

AEHESISS

<http://www.aehesis.de/aehstart.asp>

Eurofit-QST

<http://www.ehfa.eu/eurofit/index.php>

[http://ec.europa.eu/education/policies/educ/eqf/index\\_en.html](http://ec.europa.eu/education/policies/educ/eqf/index_en.html)

Row the Boat Together

<http://www.easesport.org/art.php?id=7002>

<http://www.union-network.org/mei>

EQF – European Qualification Framework

<http://www.eose.org>

Sitio del deporte de la Unión Europea

[http://ec.europa.eu/sport/index\\_en.html](http://ec.europa.eu/sport/index_en.html)



La pretensión de este estudio es conocer la situación de las empresas dedicadas a la actividad física y la salud en materia de seguridad y salud laboral, haciendo especial hincapié en las particularidades del sector y las implicaciones que éstas puedan tener a la hora de aplicar los requisitos establecidos en la normativa de prevención de riesgos laborales.

Además, el presente manual se configura como una guía de buenas prácticas preventivas, de manera que pueda ser utilizado en todas las empresas dedicadas a la actividad física y la salud tales como gimnasios, spas, centros y clubs deportivos, con objeto de orientar sus actuaciones preventivas, mejorar las condiciones de trabajo y cumplir adecuadamente con los diversos requisitos normativos que les sean de aplicación.

Por otro lado, el conocimiento de las carencias y deficiencias formativas permitirá orientar los recursos destinados a la formación hacia las necesidades reales que se demandan a los profesionales del sector.

En definitiva, se pretende llamar la atención sobre la importancia de incorporar adecuadamente las actuaciones preventivas a las particularidades del sector, además de difundir la cultura preventiva entre las empresas y trabajadores dedicados a la actividad física y la salud.

**OBJETIVOS GENERALES:**

- Difundir entre los trabajadores los riesgos de sus puestos de trabajo, así como las estrategias preventivas de la empresa para obtener un mayor grado de implicación en la política preventiva y un mayor compromiso e integración con la misma.
- Estudiar las necesidades formativas en prevención de riesgos laborales de los trabajadores

**OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- Concienciar a empresarios y trabajadores del sector de los hábitos correctos en su trabajo diario.
- Facilitar una "Guía de Buenas Prácticas en Prevención de Riesgos Laborales" donde se recoja la problemática del sector desde diferentes ámbitos: grado de implantación de la actividad preventiva, riesgos en los diferentes puestos de trabajo y propuesta de medidas preventivas, detectando las prácticas habituales y valorando su efectividad y conveniencia.
- Elaborar una serie de Fichas informativas, de contenido didáctico, donde se recojan de manera escueta y sencilla, el contenido de esas buenas prácticas para cada uno de los puestos de trabajo.
- Proporcionar una base para posteriores programas y actuaciones colectivas en el sector, difundiendo los resultados e incorporando nuevas empresas y actividades.
- Estudiar las necesidades formativas de los trabajadores para adecuar esta formación a la demanda actual del sector.

# 03

## OBJETIVOS Y ALCANCE





La normativa en materia de seguridad y salud se basa en la Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales (LPRL), que transpone la Directiva Marco 89/391/CEE, y en una serie de normas que la modifican, desarrollan y regulan aspectos más específicos de la misma.

El objeto de toda esta normativa es el de promover la seguridad y la salud de los trabajadores mediante la aplicación de medidas y el desarrollo de actividades para la prevención de los riesgos derivados del trabajo, evitando así los posibles accidentes, lesiones y enfermedades o problemas de salud que puedan estar derivadas de los mismos.

En este sentido, la ley establece el derecho a la protección eficaz en materia de seguridad y salud en el trabajo por parte de los trabajadores y el correspondiente deber del empresario de, en el marco de sus responsabilidades, llevar a cabo la prevención de los riesgos laborales mediante la integración de la actividad preventiva en la empresa y la adopción de cuantas medidas sean necesarias para la protección de la seguridad y la salud de los trabajadores.

Es necesario destacar que la integración de la actividad preventiva en la empresa debe llevarse a todos los niveles jerárquicos y a todos los departamentos o áreas de actividad de la misma. Como instrumento para conseguir implantar la gestión preventiva en el sistema de gestión general de la empresa, se debe implantar y aplicar un plan de prevención de riesgos laborales que incluya la estructura organizativa, las responsabilidades, las funciones, las prácticas, los procedimientos, los procesos y los recursos necesarios para realizar la acción de prevención de riesgos en la empresa.

Dentro del plan de prevención de riesgos laborales adquiere gran importancia la evaluación de riesgos laborales, a partir de la cual se deberá desarrollar la planificación de la actividad preventiva.

#### **PRINCIPIOS DE LA ACCIÓN PREVENTIVA:**

Con objeto de orientar las actuaciones preventivas, la Ley de Prevención de Riesgos Laborales establece los siguientes principios de la acción preventiva:

- Evaluar los riesgos que no se puedan evitar.
- Combatir los riesgos en su origen.
- Adaptar el trabajo a la persona, en particular en lo que respecta a la concepción de los puestos de trabajo, así como a la elección de los equipos y los métodos de trabajo y de producción, con miras, en particular, a atenuar el trabajo monótono y repetitivo y a reducir los efectos del mismo en la salud.
- Tener en cuenta la evolución de la técnica.
- Sustituir lo peligroso por lo que entrañe poco o ningún peligro.
- Planificar la prevención, buscando un conjunto coherente que integre en ella la técnica, la organización del trabajo, las condiciones de trabajo, las relaciones sociales y la influencia de los factores ambientales en el trabajo.
- Adoptar medidas que antepongan la protección colectiva a la individual.
- Dar las debidas instrucciones a los trabajadores.

## **PRINCIPALES REQUISITOS NORMATIVOS EN MATERIA DE SEGURIDAD Y SALUD. CONVENIO COLECTIVO DEL SECTOR**

# 04

**DERECHOS Y OBLIGACIONES DE EMPRESARIOS Y TRABAJADORES:**

Como ya se ha comentado, el derecho de los trabajadores a una protección eficaz en materia de seguridad y salud en el trabajo, supone la obligación por parte del empresario de garantizar la seguridad y la salud de los trabajadores a su servicio en todos los aspectos relacionados con el trabajo. Para ello, el empresario deberá cumplir las obligaciones establecidas en la normativa sobre prevención de riesgos laborales (independientemente de las obligaciones que puedan tener los trabajadores y del concierto de la actividad preventiva con un servicio de prevención ajeno) y asegurarse de que el coste de las medidas relativas a la seguridad y salud no recaigan sobre los trabajadores.

En cumplimiento de esta obligación, el empresario deberá llevar a cabo la prevención de riesgos laborales mediante la integración de la actividad preventiva en la empresa y la adopción de cuantas medidas sean necesarias para la protección de la seguridad y la salud de los trabajadores, en particular, las relacionadas con la elaboración del plan de prevención de riesgos laborales, evaluación de riesgos, información, consulta y participación y formación de los trabajadores, actuación en casos de emergencia y de riesgo grave e inminente, vigilancia de la salud.

Por otro lado, con el fin de perfeccionar la actividad preventiva, el empresario deberá asegurar un seguimiento continuo de la misma y disponer los medios necesarios para adaptar las medidas de prevención a las posibles modificaciones que puedan experimentar las circunstancias y condiciones del trabajo.

Además de todo esto, el empresario deberá consultar con los trabajadores o sus representantes los principales aspectos relacionados con la organización de la actividad preventiva y las actuaciones en materia de seguridad y salud.

Por lo que respecta a los trabajadores, resulta conveniente destacar que la LPRL, no sólo recoge sus derechos en materia de seguridad y salud, sino que también establece una serie de obligaciones en esta materia.

En cuanto a los derechos, además del derecho a una protección eficaz en materia de seguridad y salud, el art. 34 de la LPRL establece su derecho a la participación en las cuestiones relacionadas con la prevención de riesgos en el trabajo.

En lo que respecta a las obligaciones por parte de los trabajadores, el art. 29 de LPRL establece que:

1. Corresponde a cada trabajador velar por su propia seguridad y salud en el trabajo, así como por la de aquellas personas a las que pueda afectar su actividad profesional (según sus posibilidades y mediante el cumplimiento de las medidas de prevención que en cada caso sean adoptadas) de conformidad con su formación y las instrucciones del empresario.

2. Los trabajadores, con arreglo a su formación y siguiendo las instrucciones del empresario, deberán en particular:

- Usar adecuadamente las máquinas, aparatos, herramientas, sustancias peligrosas, equipos de transporte y, en general, cualesquiera otros medios con los que desarrollen su actividad.
- Utilizar correctamente los medios y equipos de protección facilitados por el empresario (de acuerdo con las instrucciones recibidas de éste).
- No poner fuera de funcionamiento y utilizar correctamente los dispositivos de seguridad existentes o que se instalen en los medios relacionados con su actividad o en los lugares de trabajo en los que ésta tenga lugar.
- Informar de inmediato a su superior jerárquico directo, y a los trabajadores designados para realizar actividades de protección y de prevención (o, en su caso, al servicio de prevención) acerca de cualquier situación que, a su juicio, entrañe, por motivos razonables, un riesgo para la seguridad y la salud de los trabajadores.
- Contribuir al cumplimiento de las obligaciones establecidas por la autoridad competente con el fin de proteger la seguridad y la salud de los trabajadores en el trabajo.
- Cooperar con el empresario para que éste pueda garantizar unas condiciones de trabajo que sean seguras y no entrañen riesgos para la seguridad y la salud de los trabajadores.

El incumplimiento por los trabajadores de las obligaciones en materia de prevención de riesgos a que se refieren los apartados anteriores tendrá la consideración de incumplimiento laboral a los efectos previstos en el artículo 58.1 del Estatuto de los Trabajadores o de falta, en su caso, conforme a lo establecido en la correspondiente normativa sobre régimen disciplinario de los funcionarios públicos o del personal estatutario al servicio de las Administraciones públicas. Lo dispuesto en este apartado será igualmente aplicable a los socios de las cooperativas cuya actividad consista en la prestación de su trabajo, con las precisiones que se establezcan en sus Reglamentos de Régimen Interno.

**MODALIDADES DE ORGANIZACIÓN DE LA ACTUACIÓN PREVENTIVA EN LA EMPRESA:**

La LPRL recoge cuatro posibles modalidades de organización de las actividades preventivas por parte de la empresa:

- Asumir personalmente la actividad preventiva por parte del empresario.
- Designar a uno o varios trabajadores para llevarla a cabo.
- Constituir un servicio de prevención propio.
- Recurrir a un servicio de prevención ajeno.

Se entiende por servicio de prevención el conjunto de medios humanos y materiales necesarios para realizar las actividades preventivas a fin de garantizar la adecuada protección de la seguridad y la salud de los trabajadores, asesorando y asistiendo para ello al empresario, a los trabajadores, a sus representantes y a los órganos de representación especializados. Se denomina servicio de prevención propio al conjunto de medios humanos y materiales de la empresa necesarios para la realización de las actividades de prevención, mientras que se habla de servicio de prevención ajeno cuando la empresa concierda con una entidad externa especializada la realización de las actividades de prevención, así como el asesoramiento y apoyo que precise en función de los tipos de riesgos y las características de la misma.

En cualquier caso, los servicios de prevención deben tener un carácter interdisciplinario (que comprenda al menos 2 disciplinas técnicas o científicas en materia de prevención de riesgos laborales).

Para que el empresario pueda asumir personalmente la actividad preventiva (con excepción de las actuaciones relativas a la vigilancia de la salud), se deben de cumplir varias condiciones:

- Que se trate de una empresa de menos de seis trabajadores (la Estrategia Española de Seguridad y Salud 2007-2012 amplía esta limitación a 10 trabajadores).
- Que las actividades desarrolladas en la empresa no estén incluidas en el Anexo I del Reglamento de los Servicios de Prevención (actividades con cierta peligrosidad).
- Que desarrolle de forma habitual su actividad profesional en el centro de trabajo.
- Que tenga la capacidad correspondiente a las funciones preventivas que va a desarrollar.

En el caso de que el empresario designe a uno o varios trabajadores para ocuparse de la actividad preventiva en la empresa, dichos trabajadores deberán tener la capacidad correspondiente a las funciones a desempeñar y ser suficientes en número (además de disponer de los medios y tiempo necesarios para desarrollar adecuadamente sus funciones).

Por otro lado, el empresario deberá constituir un servicio de prevención propio cuando:

- Se trate de empresas que cuenten con más de 500 trabajadores.
- Se trate de empresas de entre 250 y 500 trabajadores que desarrollen alguna de las actividades incluidas en el Anexo I del Reglamento de los Servicios de Prevención.
- Así lo decida la Autoridad Laboral, en función de la peligrosidad de la actividad desarrollada o de la frecuencia o gravedad de la siniestralidad en la empresa (salvo que se opte por el concierto con una entidad especializada ajena a la empresa).

Dentro de los servicios de prevención propios, existe un caso especial que es el de los servicios de prevención mancomunados. Dichos servicios podrán crearse entre aquellas empresas que desarrollen simultáneamente actividades en un mismo centro de trabajo, edificio o centro comercial, siempre que quede garantizada la operatividad y eficacia del servicio, así como entre aquellas empresas pertenecientes a un mismo sector productivo o grupo empresarial, o que desarrollen sus actividades en un polígono industrial o área geográfica limitada.

Finalmente, el empresario deberá recurrir a un servicio de prevención ajeno cuando concurra alguna de las siguientes circunstancias:

- Que la designación de uno o varios trabajadores sea insuficiente para la realización de la actividad de prevención y no esté obligado a constituir un servicio de prevención propio.
- Que la autoridad laboral requiera la formación de un servicio de prevención propio o la contratación con un servicio de prevención ajeno y se opte por este último.
- Que se haya asumido la actividad preventiva sólo parcialmente por parte de la empresa.

**CONCIERTO DE LA ACTIVIDAD PREVENTIVA:**

En la práctica, debido a la especialización formativa que requieren las actuaciones en materia preventiva y a la comodidad y tranquilidad en cuanto a cumplimiento de los requisitos en materia de seguridad y salud, que supone el contratar el servicio con una empresa especializada; la mayor parte de las empresas de pequeño y mediano tamaño, que puedan tener riesgos de cierta relevancia, optan por el concierto de la actividad preventiva con un servicio de prevención ajeno. No obstante, es necesario destacar que la responsabilidad sobre el cumplimiento de los requisitos normativos y el deber de llevar a cabo las actuaciones necesarias en materia de seguridad y salud continúa siendo del empresario, siendo imprescindible una alta implicación del mismo en las acciones preventivas, con independencia de que se contrate un servicio de prevención ajeno.

Cuando un empresario (previa consulta a los representantes de los trabajadores) opte por desarrollar la actividad preventiva a través de uno o varios servicios de prevención ajenos a la empresa, deberá concertar dicha prestación por escrito, estableciendo:

- La identificación de la entidad especializada que actúa como servicio de prevención ajeno a la empresa.
- La identificación de la empresa destinataria de la actividad, así como de los centros de trabajo de la misma a los que dicha actividad se contrate.
- Los aspectos de la actividad preventiva a desarrollar en la empresa (especificando actuaciones concretas y los medios para llevarlas a cabo).
- Actividad de vigilancia de la salud de los trabajadores, en su caso.
- Duración del concierto.
- Condiciones económicas del concierto.

Las entidades especializadas que actúen como servicios de prevención deberán mantener a disposición de las autoridades laborales y sanitarias competentes una memoria anual en la que incluirán las empresas o centros de trabajo a los que se ha prestado servicios durante dicho pe-

riodo. Además, deberán facilitar a las empresas para las que actúen como servicios de prevención una programación y una memoria anual de las actividades a desarrollar, o desarrolladas.

Es conveniente destacar en este punto que, para poder actuar como servicios de prevención, las entidades especializadas deberán estar debidamente acreditadas por la Administración laboral, previa aprobación de la Administración sanitaria en cuanto a los aspectos de su competencia.

#### EVALUACIÓN DE RIESGOS LABORALES:

Como se ha comentado anteriormente, la evaluación de riesgos laborales constituye la base para la gestión preventiva en la empresa. Dicha evaluación, consiste en un proceso dirigido a estimar la magnitud de aquellos riesgos que no hayan podido evitarse, obteniendo la información necesaria para que el empresario esté en condiciones de tomar una decisión apropiada sobre la necesidad de adoptar medidas preventivas y, en tal caso, sobre el tipo de medidas que deben adoptarse.

Básicamente, el proceso de evaluación de riesgos se compone de dos etapas:

- Una primera etapa de análisis del riesgo, en la que se identifican los posibles peligros para la seguridad y salud de los trabajadores y se estima el riesgo de los mismos (valorando la probabilidad y las consecuencias de que se materialicen los peligros detectados).
- Una segunda etapa de valoración del riesgo, en la que se compara el valor del riesgo obtenido con el valor del riesgo tolerable y se emite un juicio sobre el mismo (si es tolerable o no).

En caso de que se considere que el riesgo no es tolerable, deberán llevarse a cabo las actuaciones necesarias para controlarlo y reducirlo hasta niveles tolerables.

Según establece el art 16 de la LPRL (modificado por la Ley 54/2003), el empresario deberá realizar la evaluación inicial de riesgos teniendo en cuenta la naturaleza de la actividad, las características de los puestos de trabajo existentes y de los trabajadores que deban desempeñarlos. Dicha evaluación deberá revisarse y actualizarse cuando se produzcan cambios en las características de los puestos y las condiciones de trabajo; y, en todo caso, cuando se produzcan daños para la salud de los trabajadores.

Los requisitos básicos que deben de cumplirse a la hora de llevar a cabo la evaluación de riesgos laborales quedan especificados en el RD 39/1997 por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención.

La evaluación inicial de los riesgos que no hayan podido evitarse deberá extenderse a cada uno de los puestos de trabajo de la empresa teniendo en cuenta:

- Las condiciones de trabajo existentes o previstas.
- La posibilidad de que el trabajador que lo ocupe (o vaya a ocuparlo) sea especialmente sensible, por sus características personales o estado biológico conocido, a alguna de dichas condiciones.



Por otro lado, la evaluación de riesgos deberá ser realizada por personal técnico competente y el procedimiento de evaluación utilizado deberá proporcionar confianza sobre su resultado (no obstante, cuando exista normativa específica de aplicación, el procedimiento de evaluación deberá ajustarse a la misma). Además, de acuerdo con el art 33 de la LPRL se deberá consultar a los representantes de los trabajadores (o a los propios trabajadores en ausencia de representantes) acerca del procedimiento de evaluación a utilizar en la empresa o centro de trabajo.

La evaluación de riesgos debe ser un proceso dinámico, por lo que, a partir de la evaluación inicial, deberán volver a evaluarse los puestos de trabajo que puedan verse afectados por:

- La elección de equipos de trabajo, sustancias o preparados químicos, la introducción de nuevas tecnologías o la modificación en el acondicionamiento de los lugares de trabajo.
- El cambio en las condiciones de trabajo.
- La incorporación de un trabajador cuyas características personales o estado biológico conocido lo hagan especialmente sensible a las condiciones del puesto.

Además de lo anterior, deberá revisarse cuando así lo establezca una disposición específica, cuando se hayan detectado daños a la salud de los trabajadores o bien cuando las actividades de prevención puedan ser inadecuadas o insuficientes. Para ello se deberán considerar los resultados de:

- La Investigación sobre las causas de los daños para la salud de los trabajadores que se hayan podido producir.
- Las actividades para la reducción y el control de los riesgos.
- El análisis de la situación epidemiológica.

Independientemente de lo anterior, las evaluaciones deberán revisarse periódicamente (con la periodicidad que se acuerde entre la empresa y los representantes de los trabajadores).

Finalmente, la evaluación de riesgos ha de quedar adecuadamente documentada, de manera que, para cada puesto de trabajo cuya evaluación ponga de manifiesto la necesidad de tomar alguna medida preventiva, queden reflejados los siguientes datos:

- Identificación de puesto de trabajo.
- Riesgo o riesgos existentes.
- Relación de trabajadores afectados.
- Resultado de la evaluación y las medidas que procedan en base a ésta.
- Referencia a criterios y procedimientos de evaluación, además de métodos de medición, análisis o ensayo utilizados, si procede.

#### PLANIFICACIÓN DE LA ACTIVIDAD PREVENTIVA:

La planificación de la actividad preventiva consiste en la ordenación y organización en el tiempo, de todas aquellas actuaciones que deban realizarse en materia de prevención de riesgos laborales, con objeto de controlar los posibles riesgos detectados en la evaluación y de asegurar el cumplimiento de los requisitos exigibles en materia de seguridad y salud.

Si los resultados de la evaluación pusieran de manifiesto situaciones de riesgo que superen los límites tolerables, el empresario realizará aquellas actividades preventivas necesarias para eliminar y controlar tales riesgos, planificándolas según su prioridad. En dicha planificación, se tendrá en cuenta la existencia, en su caso, de disposiciones legales relativas a riesgos específicos, así como los principios de acción preventiva.

La planificación de la actividad preventiva deberá recoger todos los medios materiales y humanos destinados a cumplir con los objetivos de seguridad y salud y, en particular, todos los aspectos relacionados con: organización de la actividad preventiva, control de riesgos, información, formación y consulta de los trabajadores, vigilancia de la salud, medidas de emergencia, personal especialmente sensible, equipos de protección personal.

La actividad preventiva deberá planificarse para un período determinado, estableciendo las fases y prioridades de su desarrollo en función de la magnitud de los riesgos y del número de trabajadores expuestos a los mismos, así como su seguimiento y control periódico. En el caso de que el período en que se desarrolle la actividad preventiva sea superior a un año, deberá esta-

blecerse un programa anual de actividades.

Cuando el resultado de la evaluación lo hiciera necesario, el empresario realizará controles periódicos de las condiciones de trabajo y de la actividad de los trabajadores en la prestación de sus servicios, para detectar situaciones potencialmente peligrosas.

Para cada actividad preventiva, deberá incluirse:

- El plazo para llevarla a cabo.
- La designación de los responsables de la misma.
- Los recursos humanos y materiales necesarios para su ejecución.

El empresario deberá asegurarse de la efectiva ejecución de las actividades preventivas incluidas en la planificación, efectuando para ello un seguimiento continuo de la misma.

Las actividades de prevención deberán ser modificadas cuando se aprecie por el empresario, como consecuencia de los controles periódicos previstos, su inadecuación a los fines de protección requeridos.

Cuando se haya producido un daño para la salud de los trabajadores o cuando, con ocasión de la vigilancia de la salud, aparezcan indicios de que las medidas de prevención resultan insuficientes, el empresario llevará a cabo una investigación al respecto, a fin de detectar las causas de estos hechos.

Además, la planificación de la actividad preventiva deberá conservarse a disposición de la autoridad laboral, así como de los trabajadores (en los términos que se establecen en los art 33 y 36 de la LPRL).

#### INFORMACIÓN Y FORMACIÓN A LOS TRABAJADORES:

Una adecuada información y formación de los trabajadores, no sólo es básica para el correcto desarrollo de su trabajo en condiciones de seguridad y salud, sino también una de las obligaciones del empresario y una actividad básica dentro de la gestión de la prevención de los riesgos laborales.

El objeto de la información y formación de los trabajadores es proporcionarles un buen conocimiento de su entorno de trabajo, y de los elementos de su actividad que puedan entrañar algún riesgo para su seguridad y salud, así como las medidas de prevención y los hábitos de trabajo apropiados para evitarlos.

Por ello, el art. 18 de la LPRL establece que el empresario deberá tomar las medidas necesarias para que los trabajadores estén convenientemente informados de:

- Los riesgos para la seguridad y salud (tanto generales de la actividad de la empresa como los específicos de cada puesto de trabajo)
- Las medidas y actividades de protección y prevención aplicables a los riesgos existentes.
- Las medidas relacionadas con las posibles situaciones de emergencia que se puedan dar (primeros auxilios, actuación en caso de incendio, evacuación...)

Además de la información proporcionada, el art 19 de la LPRL establece que cada trabajador deberá recibir una formación en materia de prevención de riesgos laborales (teórica y práctica) que sea suficiente y adecuada a su puesto de trabajo y la actividad desarrollada.

La formación deberá proporcionarse tanto en el momento de la contratación, como cuando se produzcan cambios relevantes en las funciones desempeñadas o se introduzcan nuevas tecnologías o cambios en los equipos de trabajo. Además, siempre que sea posible, esta formación se impartirá dentro de la jornada de trabajo y, en caso de que se impartiera fuera, se descontará el tiempo de la misma. En cualquier caso, la formación será gratuita para el trabajador.

#### **CONSULTA Y PARTICIPACIÓN DE LOS TRABAJADORES:**

Otro de los requisitos que establece la LPRL en su art. 33 es que el empresario deberá consultar a los trabajadores (a través de sus representantes cuando los hubiera) la adopción de las decisiones relativas a:

- La planificación y la organización del trabajo en la empresa y la introducción de nuevas tecnologías, en todo lo relacionado con las consecuencias que éstas pudieran tener para la seguridad y la salud de los trabajadores, derivadas de la elección de los equipos, la determinación y la adecuación de las condiciones de trabajo y el impacto de los factores ambientales en el trabajo.
- La organización y desarrollo de las actividades de protección de la salud y prevención de los riesgos profesionales en la empresa, incluida la designación de los trabajadores encargados de dichas actividades o el recurso a un servicio de prevención externo.
- La designación de los trabajadores encargados de las medidas de emergencia.
- Los procedimientos de información y documentación en prevención de riesgos.
- El proyecto y la organización de la formación en materia preventiva.
- Cualquier otra acción que pueda tener efectos substanciales sobre la seguridad y la salud de los trabajadores.

Por otro lado, el art. 34 establece el derecho de los trabajadores a participar en las cuestiones relacionadas con la prevención de riesgos en el trabajo

Dicha participación, en las empresas o centros de trabajo de más de 6 trabajadores, se llevará a cabo a través de los representantes de los trabajadores.

Dentro de los representantes de los trabajadores se configura la figura del Delegado de Prevención, como representante con funciones específicas en materia de prevención de riesgos laborales, que se regula en los arts. 35, 36 y 37 de la LPRL.

Por último, el art. 38 de la LPRL establece que en las empresas o centros de trabajo de más de 50 trabajadores se deberá crear un Comité de Seguridad y Salud, órgano paritario y colegiado de participación, formado por el empresario y/o sus representantes en número igual al de los Delegados de Prevención, con objeto de consultar periódicamente las actuaciones de la empresa en materia de seguridad y salud.

#### **MEDIDAS DE EMERGENCIA:**

Uno de los aspectos que debe incluir la planificación de la actividad preventiva son las actuaciones en materia de emergencias y primeros auxilios.

En función del tamaño y de la actividad llevada a cabo por la empresa, el empresario deberá prever las actuaciones a desarrollar en caso de posibles situaciones de emergencia y adoptar las medidas y medios que sean necesarios relativas a primeros auxilios, lucha contra incendios y evacuación de los trabajadores. Además, se deberá comprobar periódicamente el correcto funcionamiento de dichas medidas.

Para poner en práctica las medidas de actuación en caso de emergencia, se designará personal encargado de las mismas que deberá contar con la formación necesaria, ser suficiente en número y disponer del material adecuado para la actuación, en función de las circunstancias.

Por otro lado, el empresario deberá organizar las relaciones que sean necesarias con servicios externos a la empresa (en particular en materia de primeros auxilios, asistencia médica de urgencia, salvamento y lucha contra incendios) de forma que quede garantizada la rapidez y eficacia de las mismas.

#### **VIGILANCIA DE LA SALUD:**

La vigilancia de la salud constituye una actividad preventiva orientada, por un lado, a asegurar que las condiciones de salud del trabajador son adecuadas para el desempeño de la actividad desarrollada y, por otro, que la actividad desarrollada no tenga efectos perjudiciales sobre la salud del trabajador. En este sentido, es un instrumento que permite vigilar que no se produzcan efectos perjudiciales sobre la salud de los trabajadores, así como detectarlos y llevar a cabo un correcto seguimiento de los mismos en caso de que se produzcan.

La LPRL obliga al empresario a garantizar la vigilancia periódica del estado de salud de todos los trabajadores a su servicio en relación a los riesgos inherentes del trabajo. Por parte de los trabajadores, sin embargo, la participación en las actividades de vigilancia de la salud tiene carácter voluntario. Dicho carácter voluntario podrá dejar de serlo, previo informe de los representantes de los trabajadores, cuando la realización de los reconocimientos sea imprescindible para evaluar los efectos de las condiciones de trabajo sobre la salud de los trabajadores, para verificar si el estado de salud del trabajador puede constituir un peligro para el mismo, para los demás trabajadores o para otras personas relacionadas con la empresa, o cuando así esté establecido en una disposición legal en relación con la protección de riesgos específicos y actividades de especial peligrosidad.

En cualquier caso, las medidas de vigilancia y control de la salud de los trabajadores se llevarán a cabo respetando siempre el derecho a la intimidad y a la dignidad del trabajador y la confidencialidad de toda la información relacionada con su estado de salud, comunicándose los resultados de las mismas a los trabajadores afectados. No obstante, se informará al empresario y personas con responsabilidades en prevención de las conclusiones derivadas de los reconocimientos relacionadas con la aptitud del trabajador para el desempeño de su actividad y con la necesidad de introducir o mejorar las medidas de protección y prevención, para asegurar la protección de su salud.

**DOCUMENTACIÓN:**

Para llevar a cabo una correcta gestión de la prevención de riesgos laborales se debe elaborar y tener organizada una serie de documentación referente a las acciones preventivas planificadas y llevadas a cabo por la empresa.

En concreto, la LPRL establece el deber por parte del empresario de elaborar y conservar a disposición de la autoridad laboral (y de la autoridad sanitaria en función de sus competencias) la siguiente documentación:

- Plan de prevención de riesgos laborales.
- Evaluación de los riesgos para la seguridad y la salud en el trabajo (incluido el resultado de los controles periódicos).
- Planificación de la actividad preventiva (incluidas las medidas de protección y de prevención a adoptar y el material de protección que deba utilizarse).
- Práctica de los controles del estado de salud de los trabajadores y conclusiones obtenidas de los mismos (respetando la confidencialidad de los mismos).
- Relación de accidentes de trabajo y enfermedades profesionales que hayan causado al trabajador una incapacidad laboral superior a un día de trabajo.

Además, dicha documentación deberá ser remitida a la autoridad laboral en el momento de cesación de la actividad de la empresa.

Por otro lado, la LPRL establece la obligación del empresario de notificar por escrito a la autoridad laboral los daños para la salud de los trabajadores a su servicio que se produzcan con motivo del trabajo.

**COORDINACIÓN DE ACTIVIDADES EMPRESARIALES:**

En cuanto a coordinación de actividades empresariales, la LPRL establece que, cuando trabajadores de dos o más empresas realicen su actividad en un mismo centro de trabajo, estas deberán cooperar en la aplicación de la normativa sobre prevención de riesgos laborales. Para ello, deberán desarrollar medios de coordinación para la protección y prevención de riesgos laborales, además de para la información sobre los mismos a sus trabajadores.

En concreto, es responsabilidad del empresario titular del centro de trabajo adoptar las medidas necesarias para que el resto de empresarios reciban información e instrucciones adecuadas sobre los riesgos existentes en el centro de trabajo y las medidas de protección y prevención correspondientes, así como sobre las medidas de emergencia a aplicar. Los demás empresarios por su parte, deberán asegurar el traslado de dicha información a sus trabajadores.

Los requisitos de coordinación de actuaciones preventivas deberán llevarse a cabo igualmente en el caso de los trabajadores autónomos.

**CONVENIO COLECTIVO DEL SECTOR:****Introducción:**

El artículo 37.1 de la Constitución Española proclama el derecho "a la negociación colectiva laboral entre los representantes de los trabajadores y empresarios", así como, que los acuerdos a los que éstos lleguen tendrán "fuerza vinculante", es decir, determina la eficacia normativa de la negociación colectiva, y que la regulación de este derecho corresponde efectuarla por ley ordinaria.

El Real Decreto Legislativo 1/1995, de 24 de marzo, por el que se aprueba el Texto Refundido de la ley del Estatuto de los Trabajadores, lleva a efecto la regulación prevista en el artículo 37.1 de la Constitución, del derecho a la negociación colectiva laboral; en concreto en el Título III. En los artículos 82 a 92 de dicha norma, se regula todo lo referente a la negociación colectiva, siendo su artículo 82.3, el que dispone su eficacia normativa, carácter vinculante para "todos los empresarios y trabajadores incluidos dentro de su ámbito de aplicación y durante todo el tiempo de su vigencia".

Por otro lado, el artículo 1 de la ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales (LPRL), incluye las normas convencionales entre la normativa sobre prevención de riesgos laborales, siempre que: "...contengan prescripciones relativas a la adopción de medidas preventivas...", es decir, las cláusulas de los convenios colectivos que contengan prescripciones relativas a la adopción de medidas preventivas, serán consideradas normas sobre prevención de riesgos laborales.

El artículo 2.2 de la ley de Prevención de Riesgos Laborales determina como "Derecho necesario mínimo indisponible" las disposiciones de carácter laboral contenidas en la misma y en sus normas reglamentarias, lo que supone que los derechos reconocidos a los trabajadores por estas normas, no pueden ser reducidos o anulados por disposición unilateral del empleador, ni pueden ser objeto de renuncia o disposición por parte del propio trabajador o sus representantes (artículo 3 del Estatuto de los Trabajadores), siendo el papel que juega la negociación colectiva respecto de las normas de prevención de riesgos laborales, la de su mejora o desarrollo, como así recoge el artículo 2.2 de la ley de Prevención de Riesgos Laborales.

De acuerdo con lo señalado, el presente estudio tiene como objetivo concreto analizar el grado de desarrollo de los temas de prevención de riesgos laborales en el II Convenio colectivo estatal de instalaciones deportivas y gimnasios.

**Visión global:**

En general, se puede observar que este Convenio presenta una buena cobertura en cuanto a temas de prevención laboral, con un capítulo (Capítulo X) que recuerda el derecho que los trabajadores tienen a una protección eficaz en materia de seguridad y salud en el trabajo.

En ese capítulo se plasma que el empresario realizará la prevención de los riesgos laborales mediante la integración de la actividad preventiva en la empresa y la adopción de cuantas medidas sean necesarias para la protección de la seguridad y la salud de los trabajadores en ma-



teria de plan de prevención de riesgos laborales, evaluación de riesgos, información, consulta y participación y formación de los trabajadores, actuación en caso de emergencia y de riesgo grave e inminente, y vigilancia de la salud.

En el documento se definen a grandes rasgos las actividades preventivas anteriores como la evaluación de riesgos, con su revisión y actualización prevista según la ley.

Hace también referencia a la planificación preventiva: "Si los resultados de la evaluación prevista pusieran de manifiesto situaciones de riesgo, el empresario realizará aquellas actividades preventivas necesarias para eliminar o reducir y controlar tales riesgos. Dichas actividades serán objeto de planificación por el empresario, incluyendo para cada actividad preventiva el plazo para llevarla a cabo, la designación de responsables y los recursos humanos y materiales necesarios para su ejecución".

Se habla de la integración de la prevención en el sistema general de gestión de la empresa, tanto en el conjunto de sus actividades como en todos los niveles jerárquicos de ésta, a través de la implantación y aplicación de un plan de prevención de riesgos laborales.

Este plan de prevención de riesgos laborales deberá incluir la estructura organizativa, las responsabilidades, las funciones, las prácticas, los procedimientos, los procesos y los recursos necesarios para realizar la acción de prevención de riesgos en la empresa, en los términos que reglamentariamente se establezcan.

#### **Puntos no incluidos:**

De la lectura del Convenio, si bien se destaca la mención a algunos temas clave para la seguridad y salud de los trabajadores, se echan en falta algunos puntos que también son de interés para este tipo de actividades.

En primer lugar, la formación en materia de seguridad y salud se podría detallar más, ya que se habla de información y formación en materia de prevención de riesgos en general y, posteriormente, respecto a los productos químicos utilizados, sin embargo, no se mencionan otros temas de formación importantes como puede ser la utilización de maquinaria específica, el trato con el público o las actuaciones en caso de emergencia y primeros auxilios.

Por otro lado, no se hace ninguna referencia a temas ergonómicos, a lesiones deportivas, a las condiciones ambientales en los centros, a la exposición a niveles de ruido elevado, ni a la problemática del trato con el público, que puede influir mucho en la carga mental y la salud psicológica de los trabajadores.

En cuanto a actuaciones en caso de emergencia se menciona sin más la necesidad de tomar las medidas necesarias dentro de la obligación preventiva del empresario para proteger la seguridad y salud de los trabajadores.

#### **Puntos específicos destacables:**

Se destacan los apartados dedicados a:

- 1 Vigilancia de la salud
- 2 Temas de psicología
- 3 Coordinación de actividades empresariales
- 4 Riesgos de los productos químicos
- 5 Protección a la maternidad
- 6 Nocturnidad

#### **1. Vigilancia de la salud**

Se recuerda la responsabilidad del empresario en función de los riesgos inherentes al trabajo y, por tanto, resulta obligatorio garantizar la vigilancia periódica del estado de salud de los trabajadores.

La vigilancia individual se desarrollará aplicando los protocolos médicos publicados por el Ministerio de Sanidad y Consumo, con exámenes de salud específicos dirigidos a un cumplimiento adecuado de la normativa vigente en esta materia.

Se hace referencia a los protocolos para casos de:

- Dermatitis laboral
- Posturas forzadas
- Movimientos repetidos de miembro superior
- Asma ocupacional

Se recuerda el carácter voluntario de la vigilancia de la salud, excepto cuando existan indicios de que del estado de salud de algún trabajador pueda derivarse un riesgo para la vida o integridad física o psíquica propia o de otros (previo informe de los representantes de los trabajadores).

Aparece la referencia a la periodicidad anual (o de acuerdo a la frecuencia para colectivos de riesgo recogida en los protocolos médicos oficiales).

Los exámenes de salud se llevarán a cabo respetando siempre el derecho a la intimidad y a la dignidad del trabajador y la confidencialidad de toda la información relacionada con su estado de salud.

#### **2. Temas de psicología (acoso laboral, mobbing)**

Se define acoso psicológico como "toda situación de hostigamiento que sufre un trabajador en el ámbito laboral, sobre el que se ejercen conductas de violencia psicológica de forma sistemática, recurrente y durante un tiempo prolongado y que le conducen al aislamiento y extrañamiento social en el marco laboral, pudiendo causarle enfermedades psicosomáticas y estados de ansiedad y depresión, con el fin de provocar que la persona afectada abandone el puesto de trabajo."

También se define el acoso sexual con mucho detalle, esto es, todas aquellas agresiones verbales y/o físicas sufridas por cualquier trabajador o trabajadora, sin tener en cuenta su cargo o

puesto de trabajo en la empresa, dentro de los mismos o en el cumplimiento de algún servicio, cuando tales agresiones provengan del propio empresario, de cualquier persona en quién éste delegue o del trabajador/trabajadora a que, siendo o no ajeno a la empresa, se encuentre realizando algún tipo de servicio en la misma y que, con clara intencionalidad de carácter sexual, agrede la dignidad e intimidad de la persona, considerándose constitutivas aquellas insinuaciones o actitudes que asocien la mejora de las condiciones de trabajo o la estabilidad en el empleo para cualquier trabajador o trabajadora, con la aprobación o denegación de favores de tipo sexual, cualquier comportamiento que tenga como causa o como objetivo la discriminación, el abuso, la vejación o la humillación, todos ellos por razón de sexo y las agresiones sexuales de cualquier índole y que sean demostradas por el trabajador o la trabajadora.

Se dice que la empresa "garantizará la prontitud y confidencialidad en la corrección de tales actitudes", considerando el acoso sexual como falta muy grave, quedando reservado el derecho, por parte de la persona afectada, de acudir a la vía de protección penal.

También se incluye todo acoso psicológico o moral que promueva un superior jerárquico o un compañero de trabajo a través de acciones u omisiones en el centro de trabajo.

Y también, otras faltas graves o muy graves como la inobservancia de las órdenes o el incumplimiento de las normas en materia de seguridad e higiene en el trabajo, así como, negarse a usar los medios de seguridad e higiene facilitados por la empresa.

### 3. Coordinación de actividades empresariales

Se dice que todas las empresas que desarrollen actividades mediante sus trabajadores en un mismo centro de trabajo tienen la obligación de cooperar y coordinar su acción preventiva frente a los riesgos laborales.

Se establecerán los recursos o medios de coordinación que sean necesarios, así como la información que sobre los mismos ha de facilitarse a sus respectivos trabajadores. Esta obligación de información es extensiva a las operaciones contratadas en los supuestos en que los trabajadores de la empresa contratista o subcontratista, aunque no preste servicios en el centro de la empresa principal, utilice la maquinaria, equipos, productos, materias primas o útiles proporcionados por esta última.

Se indica la obligación de informar y de instruir sobre los riesgos y sobre las medidas de protección y prevención correspondientes, así como sobre las medidas de emergencia a aplicar, para su traslado a los trabajadores afectados, así como la obligación de vigilar que los contratistas o subcontratistas cumplan la normativa sobre prevención de riesgos laborales.

Estos deberes de cooperación, de información e instrucción señalados se aplican también a los trabajadores autónomos que desarrollen actividades en dichos centros de trabajo.

Se indica que se realizará una planificación preventiva con las empresas contratistas, así como la elaboración de un manual de prevención de empresas contratistas

### 4. Riesgos relacionados con productos químicos

Se hace especial referencia a la evaluación de los riesgos derivados de la exposición por in-

halación a un agente químico peligroso, mediante la medición de las concentraciones del agente en el aire, en la zona de respiración del trabajador, y su posterior comparación con el Valor Límite Ambiental que corresponda, para posteriormente adoptar medidas técnicas y organizativas necesarias para proteger a los trabajadores frente a estos riesgos.

También se indica que el empresario deberá garantizar que los trabajadores y los representantes de los trabajadores reciban una formación e información adecuada sobre los riesgos derivados de la presencia de agentes químicos en el lugar de trabajo.

Además, se hace referencia a la utilización del cloro o sus derivados, garantizando que la cantidad de cloro libre que el agua contenga no exceda nunca de 0,20 a 0,60 miligramos por litro.

### 5. Protección a la maternidad

Se indica que la evaluación de los riesgos deberá comprender la determinación de la naturaleza, el grado y la duración de la exposición de las trabajadoras en situación de embarazo o parto reciente, a agentes, procedimiento o condiciones de trabajo que puedan influir negativamente en la salud de las trabajadoras o del feto, en cualquier actividad susceptible de presentar un riesgo específico. Si existiera un riesgo para la seguridad y la salud o una posible repercusión sobre el embarazo y la lactancia el empresario adoptará las medidas necesarias para evitar la exposición a dicho riesgo, a través de una adaptación de las condiciones o del tiempo de trabajo de la trabajadora afectada.

Se habla del posible cambio de puesto o función de conformidad con las reglas y criterios que se apliquen en los supuestos de movilidad funcional y tendrá efectos hasta el momento en que el estado de salud de la trabajadora permita su reincorporación al anterior puesto. Si no existiese puesto de trabajo o función compatible la trabajadora podrá ser destinada a un puesto no correspondiente a su grupo o categoría equivalente, si bien conservará el derecho al conjunto de retribuciones de su puesto de origen.

### 6. Nocturnidad

Se define al trabajador nocturno como aquél que realice, entre las 22 y las 6 horas, una parte no inferior a tres horas de su jornada diaria de trabajo.

Indicando que los menores de 18 años no podrán realizar la jornada nocturna y no se podrán realizar horas extraordinarias dentro de dicha jornada.

**Mejoras y seguimiento del Convenio**

Es de destacar la constitución de la Comisión Paritaria Sectorial de Seguridad y Salud y Medio Ambiente para el seguimiento de los acuerdos del convenio en materia de evaluación del grado de aplicación de la Ley de Prevención de Riesgos Laborales en el sector.

Se indica que los acuerdos que se adopten en el seno de dicha Comisión se incorporarán al cuerpo del Convenio.

Como misión prioritaria estaría el estudio de las consecuencias que en el ámbito sectorial supone la aplicación de la normativa sobre prevención de riesgos laborales, así como el de los temas relativos a riesgos laborales y prevención de los mismos que afecten a las diferentes actividades del sector con carácter general y, como otras funciones, tenemos las siguientes:

- Coordinar la información en materia de siniestralidad en el sector.
- Promover mejoras en esta materia y fomentar campañas de prevención.
- Coordinar y desarrollar programas formativos para responsables de empresas, delegados y trabajadores.

Pero, ante la problemática que supone la aplicación de la normativa de prevención de riesgos laborales en este sector, la Comisión Paritaria Sectorial de Seguridad y Salud y Medio Ambiente ha constituido la figura del Delegado sectorial para la prevención, cuyas competencias, atribuciones y funciones se detallan en el Convenio.



**EVOLUCIÓN Y SITUACIÓN ACTUAL:**

Como ya se ha comentado, el sector de las empresas dedicadas a la actividad física y la salud, ha experimentado un importante desarrollo en los últimos años, evolucionando hacia una gran variedad de actividades y servicios y un amplio rango de clientes potenciales.

En la evolución del sector se pueden diferenciar tres fases:

En un primer momento, los gimnasios tradicionales estaban dedicados predominantemente a actividades con una elevada demanda física (artes marciales y musculación) y dirigidos a un público muy concreto y minoritario.

Posteriormente, en una segunda fase, se produce un interés por el ejercicio físico ligado a la salud y al bienestar del individuo y se desarrollan una serie de actividades en las que prima el ejercicio aeróbico como medio para conseguir un buen estado y una buena forma física. Entre estas actividades se encuentran una serie de disciplinas como la gimnasia de mantenimiento, el aeróbico, o el fitness que resultan muy atractivas para un amplio rango de población y que pasan a ser claves en el funcionamiento de los gimnasios e instalaciones dedicadas a la actividad física y la salud.

Finalmente, llegamos a la situación actual en la que la tendencia es a buscar un bienestar global ("wellness") basado en un equilibrio entre cuerpo y mente, en el que tienen una elevada importancia no sólo los aspectos relacionados con el ejercicio físico, sino también con la salud global del individuo, el ocio, el entretenimiento y la relajación. Dentro de esta tercera fase, además de las anteriores, proliferan y se popularizan una amplia gama de actividades y terapias: pilates, yoga, tai chi, body balance, batuka, "spas" y balnearios urbanos, etc.; que tienen componentes importantes de entretenimiento, meditación y relajación, y se adaptan a los gustos y necesidades de todo tipo de público.

En esta concepción actual del sector de la actividad física y la salud, mucho más amplia y abierta, caben y se entremezclan todo tipo de actividades y servicios, desde los puramente deportivos, a otros más relacionados con la salud, el entretenimiento, la relajación e incluso la estética. De hecho, el propio Consejo de Europa define el deporte como "Cualquier forma de actividad física que, a través de participación organizada o no, tiene por objeto la expresión o mejoría de la condición física y psíquica, el desarrollo de las relaciones sociales o la obtención de resultados en competición a todos los niveles". De este modo, en los grandes centros y clubes privados dedicados a la actividad física y la salud podemos encontrar, además de las actividades más físicas (ya sean clases colectivas, ejercicios individuales o deportes de raqueta como el pádel y el squash), clases de todo tipo de bailes, terapias naturales y alternativas, piscinas, saunas, "spas" y balnearios urbanos, servicio de guardería, cafeterías, peluquerías y salones de belleza, masajes y fisioterapia, tiendas de vestimenta y complementos deportivos, etc.

Como consecuencia de la diversificación de actividades y de la alta demanda de las mismas, las instalaciones crecen en número y dimensiones, por lo que se hace necesaria una mayor profesionalización del sector.

# 05

## SITUACIÓN DEL SECTOR

Por otro lado, hay que destacar que hoy en día existe una gran competencia entre las diversas instalaciones y centros dedicados a la actividad física y la salud, lo que exige una alta capacidad de innovación y adaptación constante a las nuevas tendencias y servicios demandados por los usuarios. Por ello, para asegurarse un alto nivel de competitividad en el mercado, las empresas del sector se ven obligadas a mantener un alto grado de profesionalización y un trato muy personalizado y adaptado a las demandas y necesidades de los usuarios, así como la realización de un esfuerzo constante en inversión, modernización y renovación de instalaciones, aparatos y maquinaria con objeto de ofrecer un servicio de alta calidad y muy atractivo para los clientes.

#### TITULARIDAD DE LAS INSTALACIONES:

En razón a la titularidad de las instalaciones dedicadas a la actividad física y la salud, se pueden diferenciar tres tipos: instalaciones privadas, instalaciones públicas de gestión totalmente privada, e instalaciones de titularidad pública y gestión también pública.

Entre las instalaciones privadas nos podemos encontrar desde pequeños gimnasios de barrio a grandes clubes y centros deportivos, en algunos casos asociados a otro tipo de instalaciones como hoteles o centros comerciales. En general, tienen un elevado grado de modernidad y una alta calidad de servicios e instalaciones, aunque se pueden encontrar grandes diferencias de unas a otras.

Las instalaciones de titularidad pública y gestión privada son grandes centros polideportivos, en los que la gestión es llevada a cabo totalmente por empresas privadas. Son centros de grandes dimensiones, variedad de servicios y alta calidad en las instalaciones.

Instalaciones de titularidad y gestión pública. Son grandes polideportivos de titularidad municipal o instalaciones deportivas universitarias. En ellas suelen tener más peso los deportes y actividades tradicionales, aunque cada vez ofrecen actividades y terapias más modernas. En algunos casos se subcontrata la impartición de las diversas clases y servicios con empresas privadas, asociaciones o federaciones deportivas, o se ceden las instalaciones a estas últimas para su uso. En general, son instalaciones menos modernas y la variedad de servicios y actividades es más reducida y menos especializada que en los centros de gestión privada.

#### DIÁLOGO SOCIAL:

Debido a la relativa modernidad del sector, a la rápida evolución del mismo y a la diversidad de actividades y servicios que comprende, resulta difícil enmarcar las actividades físicas y de la salud dentro de las clasificaciones existentes de los sectores de actividad. Además, una visión en detalle del sector nos muestra la falta de mecanismos de regulación y control de este tipo de actividades.

Por ello, los agentes sociales implicados (sindicatos y asociaciones de empresarios) están demostrando un elevado interés, en definir el sector, encuadrarlo en las clasificaciones de sectores de actividad y desarrollar organismos e instrumentos que favorezcan el diálogo social con objeto de promover mecanismos de homogeneización y regulación de este tipo de actividades a nivel nacional y europeo.

A nivel nacional, ya se ha comentado en el punto 4.11 la existencia del II Convenio Estatal de Instalaciones Deportivas y Gimnasios, que ha constituido un gran avance en la regulación y separación del sector de otro tipo de actividades que poco tenían que ver con la actividad física y la salud.

A nivel europeo, se están llevando a cabo numerosas acciones encaminadas a fomentar el diálogo social con objeto de definir el sector, homogenizarlo y regular su funcionamiento.

Entre las acciones encaminadas a favorecer el diálogo social y la participación de los agentes sociales en la definición y regularización del sector, destaca el proyecto "Row the Boat" promovido por EASE "European Association of Sport Employers" (Asociación de Empresarios Europeos del Deporte) y EURO-MEI (parte europea de UNI-MEI, organización formada por sindicatos de las artes, los medios de comunicación, el entretenimiento y el deporte). Dicho proyecto está encaminado a establecer un comité de diálogo social a nivel europeo en el sector del deporte mediante la participación de interlocutores sociales suficientemente representativos de la realidad del sector en los diferentes estados, con objeto de que sus opiniones sean tenidas en cuenta por la Comisión Europea a la hora de regularizar el sector.

Según las organizaciones promotoras del proyecto, el diálogo social en el sector del deporte ha sido tradicionalmente ignorado como elemento del desarrollo socio económico del sector, debido fundamentalmente a la fuerte cultura y tradición del deporte en las asociaciones y en el voluntarismo (a pesar de que existen más de 800.000 personas en la Unión Europea ejerciendo su actividad profesional principal en este sector, y que se ha producido una importante profesionalización en los últimos 20 años).

Por esta razón, se plantean los siguientes objetivos:

- Reforzar la representatividad de los interlocutores sociales del sector del deporte: Proyecto "Row the Boat".
- Tener una visión de conjunto de las organizaciones de interlocutores sociales funcionando en el sector del deporte en todos los países miembros de la Unión Europea,
- Discutir y analizar la situación del sector y las consecuencias en el mismo de la próxima creación de un comité de diálogo social en el deporte,
- Reforzar el rol de los interlocutores sociales en Europa representando todas las ramas del sector del deporte y aumentando su representatividad,
- Ayudar a las estructuras locales y a las autoridades para desarrollar formalmente estructuras de diálogo social a nivel nacional,
- Aumentar el nivel de comprensión mutua del diálogo social en el sector del deporte en Europa.

Además, en la presentación del proyecto se recogen aspectos interesantes en cuanto a la definición y características del diálogo social y su aplicación al campo del deporte, los cuales se presentan a continuación:

En primer lugar, se define el diálogo social tal como lo hace la Organización Internacional del Trabajo (ILO en inglés) como todo tipo de comunicación o simplemente un intercambio de in-

formación entre los representantes del gobierno, empresarios y trabajadores, con el objetivo de desarrollar un interés común en relación con la política económica y social. El diálogo social, por tanto se considera una fuerza que conduce al éxito del desarrollo económico y social de un país.

A nivel legal, el diálogo social queda refrendado por el artículo 138 del tratado del EC, que estipula la consulta de las organizaciones de interlocutores sociales a nivel Europeo sobre una escala de problemas en lo que se refiere al empleo y a los asuntos sociales y establece un procedimiento obligatorio de consulta de los interlocutores sociales en dos etapas. Además, el diálogo entre las organizaciones de empleados y las de patrones puede llevar a establecer relaciones contractuales, incluido acuerdos (Artículo 139).

El diálogo social sectorial esta tomando forma progresivamente, con un diálogo bipartito voluntario que implica un nivel de intervención efectivo sobre los problemas del empleo, de la organización del trabajo y de la mejora de las condiciones de trabajo. En este sentido, las organizaciones de interlocutores sociales deben dirigirse conjuntamente a la Comisión Europea para participar en un diálogo social a nivel europeo. Para ello, las organizaciones de interlocutores sociales deben respetar los siguientes criterios:

- Estar relacionadas con los sectores o las categorías específicas y estar organizadas a nivel Europeo.
- La demanda debe ser realizada por organizaciones que forman parte de las estructuras de interlocutores sociales de los estados miembros y que están integradas y son reconocidas por esas organizaciones; que tengan la capacidad para negociar acuerdos, y que representen a varios estados miembros.
- Tener estructuras adecuadas para garantizar su participación efectiva en el trabajo del comité.

Este diálogo bipartito estimula a los sectores que están surgiendo, como el del deporte, para estructurar sus intercambios en el modelo Europeo del diálogo social.

Construir un comité sectorial de diálogo social cercano a las necesidades, preocupaciones e intereses de los actores sociales, proporciona una oportunidad de regular asuntos comunes a nivel Europeo. Sin embargo, actualmente el diálogo social no esta organizado en todos los países a través de instituciones oficiales que representen a patrones y empleados. La mayoría de las veces, existe un diálogo en lo que concierne a los problemas sociales, pero sin una estructura institucional correspondiente a los criterios del diálogo social de la Comisión. Por lo tanto, es evidente la necesidad de una regulación a nivel Europeo. La única regulación que existe es la libertad de circulación y concierne particularmente a los profesionales del fútbol. La circulación de los trabajadores es una costumbre para algunos profesionales del deporte. La regulación a nivel Europeo no es nueva. El problema es la manera en que se hace y que dicha regulación sea hecha a través de los interlocutores sociales.

De esta manera, se pretende que el sector del deporte sea pro-activo defendiendo las especialidades del sector y dejando de actuar únicamente por reacción, como lo hace actualmente.

Además, proyectos previos europeos han identificado el potencial crecimiento del empleo en el sector del deporte a través de los países de Europa y han revelado que el desarrollo del

diálogo social es percibido por todos los accionistas como el factor clave para mejorar la profesionalización del sector.

En 2003, el proyecto Europeo "Building the Social Dialogue in the Sport Sector" o "Construir el diálogo social en el sector del deporte"- proyecto BSDSS - consistía en preparar el establecimiento de un comité de diálogo social del deporte. Los asociados a este proyecto, dirigido por EASE, en cooperación con EURO-MEI, piensan que la regulación social del deporte va a ser una de las próximas tareas de los interlocutores sociales europeos, y no solamente de la Comisión Europea y de las instituciones del movimiento deportivo, como era antes.

En cuanto a la definición del sector del deporte el primer objetivo es el de construir un comité sectorial único de diálogo social para todos los deportes. Aunque no existe una definición "legal" del deporte, la Comisión Europea ha creado una Nomenclatura de Actividades Económicas de la Comunidad Europea (NACE 07) que define al sector del deporte "Actividades deportivas, recreativas y de entretenimiento"(sobre el código 93).

Para concluir, se considera que hay 3 divisiones o ramas principales dentro del deporte: el deporte voluntario, el deporte comercial o del ocio y el deporte profesional. El diálogo social no involucra al sector público.

El deporte voluntario es la parte tradicional del sector del deporte y es todavía el más importante. Representa organizaciones sin ánimo lucrativo (principalmente asociaciones) que proponen actividades deportivas de entrenamiento o de competición para sus miembros. Es dirigido esencialmente por voluntarios, no obstante está experimentando un crecimiento y una profesionalización de sus recursos humanos.

El deporte comercial y el del ocio también presentan un crecimiento importante. Está organizado por asociaciones o por empresas, muchas veces muy pequeñas, que ofrecen servicios y oportunidad de ocio pero no ofrecen entrenamiento o competición (ejemplos: fitness, equitación, vela, deporte del invierno...).

El último es el más popular y el más conocido: el deporte profesional. El mismo está orientado principalmente a los eventos, dentro del cual el fútbol posee un papel importante en Europa, delante de los otros deportes.

Aunque estas partes son autónomas las unas de las otras, el sentimiento de pertenecer a un conjunto – el deporte – está ampliamente distribuido entre los accionistas de los diferentes países.

#### DESCRIPCIÓN SOCIOECONÓMICA DEL SECTOR:

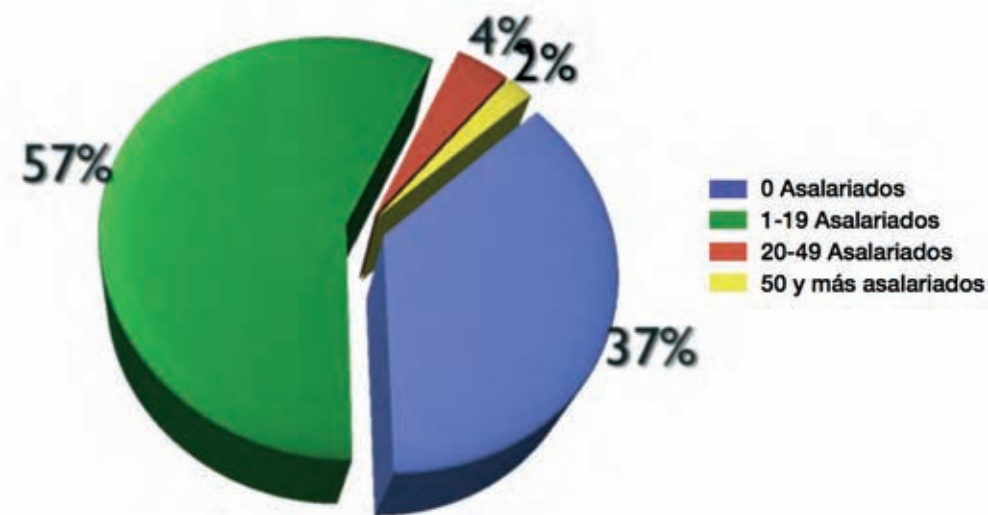
A la hora de recoger datos descriptivos sobre la situación socio-económica del sector, volvemos a encontrarnos con dificultades derivadas de la reciente evolución del mismo y de la diversidad de actividades que comprende, mezclándose a menudo las actividades deportivas con actividades relacionadas con el ámbito de la salud, la estética y la recreación o el tiempo libre.

En este sentido, el informe: "La familia profesional de las Actividades Físicas y Deportivas" de noviembre de 2006, elaborado por el Centro de Estudios Económicos Tomillo (CEET) para el Instituto Nacional de las Cualificaciones Profesionales, presenta algunos datos que ayudan a obtener una visión general del sector, basándose en el análisis de datos del INE y de la Tesorería

General de la Seguridad Social entre otras fuentes. No obstante, estos datos se refieren al conjunto de las actividades físicas y deportivas, no sólo a los gimnasios y clubs deportivos, y dejan fuera algunas actividades que, aunque se pueden desarrollar en este tipo de centros, no son propiamente deportivas.

Según el mencionado informe, los datos económicos reflejan claramente el crecimiento experimentado por el sector en los últimos años. Así, el número de empresas dedicadas a la actividad física y el deporte pasó de 7.309 en el 2001 a 12.157 en el 2005, experimentando un crecimiento anual medio de 7,2% y constituyendo un 0,5% del total de empresas en España en el 2005. Por otro lado, el volumen de negocio en el año 2004 fue de 3.538 millones de euros (un 0,9% del total del sector servicios).

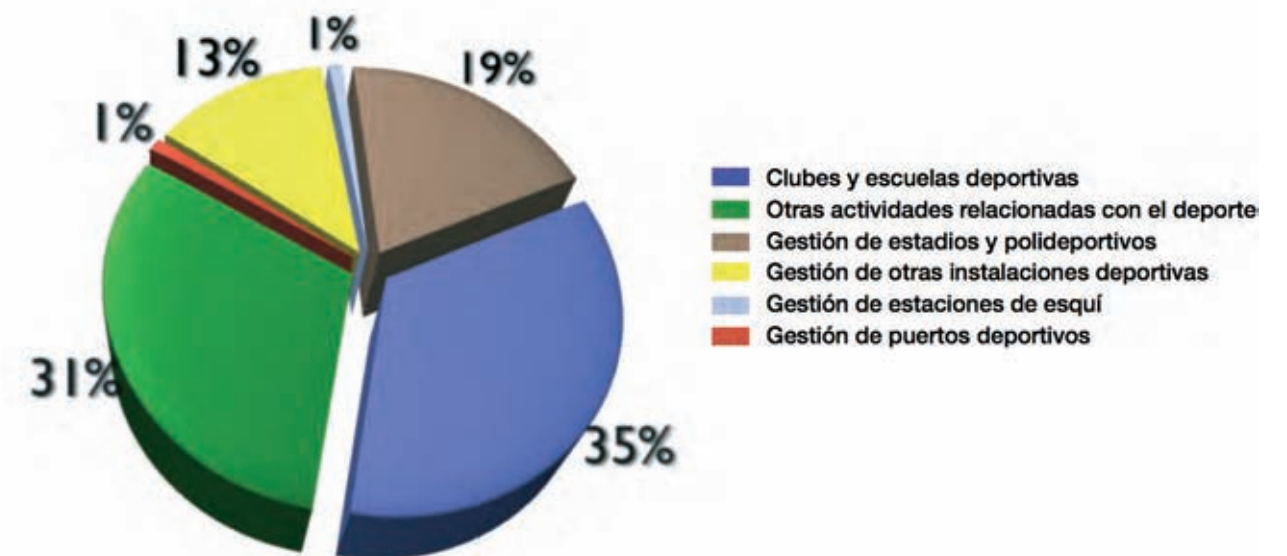
En relación al tamaño de las empresas, el sector está formado fundamentalmente por pequeñas empresas, entre las cuales el 94% tiene menos de 20 asalariados y sólo un 2% tiene más de 50 asalariados. En cuanto a la distribución geográfica, la comunidad autónoma con mayor número de empresas es Cataluña (19,2%), seguida de Madrid (15,1%) y Andalucía (13,1%).



Fuente: "La familia profesional de las Actividades Físicas y Deportivas". Centro de Estudios Económicos Tomillo para el Instituto Nacional de las Cualificaciones Profesionales.

En lo que se refiere al número de afiliados a la Seguridad Social, se pasó de 52,465 trabajadores afiliados en el año 2001 a 69.321 en el 2004 (un 0,4% del total de trabajadores afiliados en España), produciéndose un crecimiento anual medio del 9,7%. Del número de afiliados en 2004, algo más del 40% eran mujeres y cerca del 60% hombres. Por otro lado, 93,7% eran trabajadores por cuenta ajena y 6,3% trabajadores por cuenta propia o autónomos. En cuanto al número de contratos, la tasa media anual de crecimiento fue de 14,4% en el periodo entre 2001 y 2004, lo que se sitúa muy por encima del registrado en el conjunto de la economía española.

Dentro de la familia profesional de las actividades físicas y deportivas, los clubs y escuelas deportivas comprenden al 35% de los trabajadores afiliados, seguidos de otras actividades relacionadas con el deporte (31%), gestión de estadios y polideportivos (19%) y gestión de otras instalaciones deportivas (13%). En "otras actividades relacionadas con el deporte" se incluyen las actividades de organizaciones y asociaciones deportivas, la promoción y producción de eventos deportivos, las actividades de instrucción y entrenamiento deportivo y las actividades de musculación y aeróbic. En "gestión de otras instalaciones deportivas" se incluyen las instalaciones para deportes acuáticos, para deportes de raqueta, campos de golf, circuitos de deportes de motor, etc.



Fuente: "La familia profesional de las Actividades Físicas y Deportivas". Centro de Estudios Económicos Tomillo para el Instituto Nacional de las Cualificaciones Profesionales.



Además, en relación a la evolución del sector, el informe del CEET de la familia profesional destaca que los ámbitos de actividad más dinámicos en términos de actividad económica y creación de empleo han sido los relacionados con actividades ligadas al ocio y tiempo libre, entre las que se incluyen actividades al aire libre y las actividades relacionadas con el aeróbic y la musculación.

En términos económicos, el informe recoge también los indicadores de producción y los indicadores de inversión. Respecto a los primeros, el volumen de negocio fue de 3.538 millones de euros en el 2004, lo que constituye un 0,9% del volumen de negocio del sector servicios en ese año, habiendo experimentado en el período 2002-2004 una tasa media anual de crecimiento del 12% (superior a la del conjunto del sector servicios). Por otro lado, el valor añadido bruto a precios de mercado en el 2004 fue de 1662 millones de euros (un 1 % del total del sector servicios). Respecto a los segundos, la inversión bruta en bienes materiales en 2004 fue de 810 millones de euros (un 48,8 % del valor añadido bruto a precios de mercado en el 2004), relogiéndose un 30% de tasa media anual en el periodo 2002-2004 (mucho mayor que el 6% del conjunto del sector servicios para ese mismo periodo).

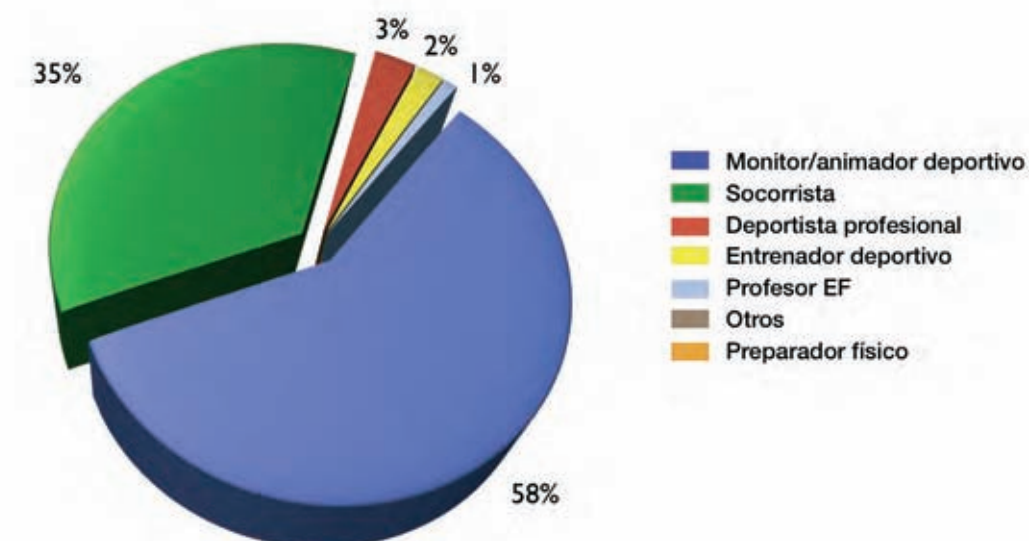
Por lo que respecta a los salarios y la productividad, el salario medio en el año 2004 en las empresas dedicadas a las actividades físicas y deportivas fue de 22.087 euros (muy superior a los 17.377 del conjunto del sector servicios), mientras que la productividad media fue de 26.421 euros por ocupado (bastante menor que los 33.815 euros por ocupado del conjunto del sector servicios).

### SITUACIÓN LABORAL Y NIVEL FORMATIVO DE LOS TRABAJADORES DE LA FAMILIA PROFESIONAL DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE:

Según datos del INEM recogidos y analizados en el informe de la familia profesional realizado por el CEET, de los contratos realizados en la familia profesional en el año 2004, la mayor parte corresponden a monitores y animadores deportivos (57,9%), seguidos de socorristas (34,8%).

Además en el informe se recoge que, tanto en monitores deportivos como en socorristas, la gran mayoría de los contratos son temporales (alrededor del 95%), presentándose diferencias en cuanto a la duración de la jornada predominando entre los monitores las jornadas parciales (72% de los contratos) y entre los socorristas las jornadas completas (59%).

En cuanto a la situación de los profesionales de la familia de la actividad física y el deporte, el informe CEET, muestra datos interesantes fruto de una encuesta realizada a técnicos de ocho deportes distintos (Balonmano, bádminton, golf, deportes de invierno, vela, buceo, natación y fitness) que, si bien no coinciden en muchos casos con las actividades practicadas en los gimnasios y centros objeto de nuestro estudio (salvo en los casos de la natación y el fitness), sí nos pueden dar una idea de la situación general de los trabajadores del sector. En relación a la situación profesional de los técnicos encuestados se recogen algunos datos en la siguiente tabla:

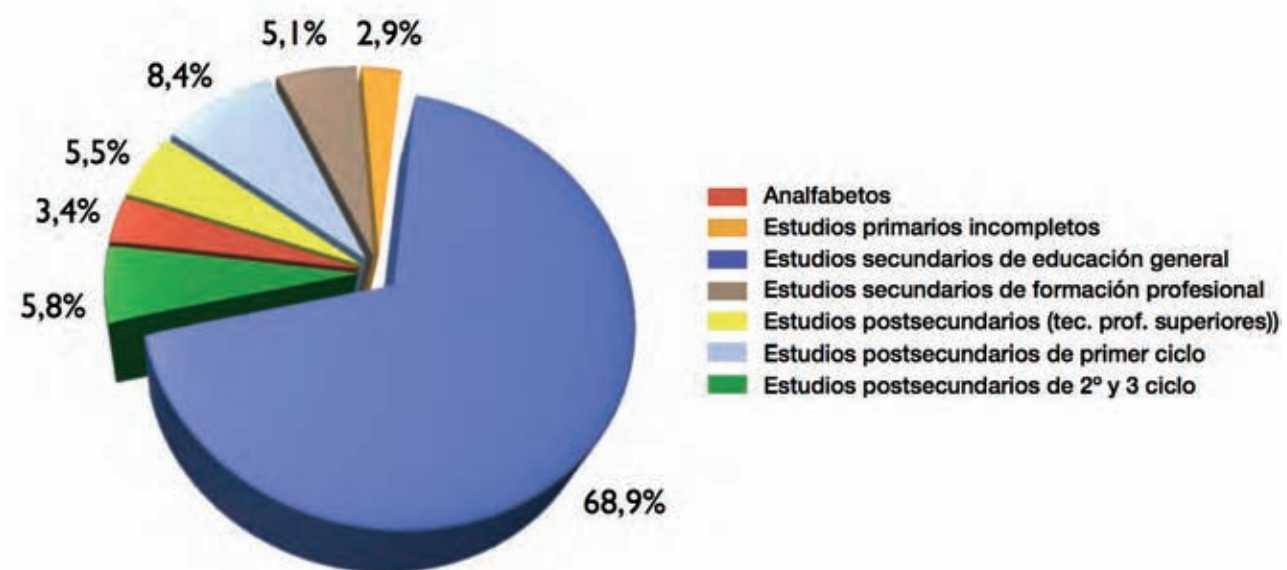


Fuente: "La familia profesional de las Actividades Físicas y Deportivas". Centro de Estudios Económicos Tomillo para el Instituto Nacional de las Cualificaciones Profesionales.

Situación profesional		Tipo de empleo	
Asalariado sector privado	55 %	Regular	60 %
Autónomo	18 %	Estacional	22 %
Asalariados sector público	16 %	Fines de semana	14 %
Empresarios	6 %	Ocasional	4 %
Voluntarios	5 %		

Fuente: "La familia profesional de las Actividades Físicas y Deportivas". Centro de Estudios Económicos Tomillo para el Instituto Nacional de las Cualificaciones Profesionales.

Por lo que respecta al nivel formativo de los trabajadores del sector, el informe CEET, basándose en datos del INEM, recoge que cerca del 70% de los trabajadores tienen estudios secundarios de educación general, mientras que alrededor del 5% tienen estudios secundarios de formación profesional, aproximadamente otro 5% tienen estudios secundarios superiores de formación profesional, más del 8% tienen estudios postsecundarios de primer ciclo (educación universitaria de primer ciclo) y cerca del 6% tiene estudios postsecundarios de segundo y tercer ciclo (educación universitaria de segundo y tercer ciclo).



Fuente: "La familia profesional de las Actividades Físicas y Deportivas". Centro de Estudios Económicos Tomillo para el Instituto Nacional de las Cualificaciones Profesionales.



El sector de las instalaciones dedicadas a la actividad física y la salud comprende diversas actividades que se pueden desarrollar tanto en instalaciones cerradas como en instalaciones al aire libre. Las actividades deportivas y terapéuticas se caracterizan por la necesidad de desarrollarse en instalaciones específicas que cumplan con unas determinadas características y utilizando aparatos y equipos propios de cada disciplina. Por otro lado, este tipo de actividades pueden desarrollarse de forma individual o en grupo.

Si bien, en los gimnasios y centros dedicados a la actividad física y la salud la seguridad ha estado encaminada tradicionalmente a la protección del cliente o usuario (confiando en el buen hacer del profesional como experto y conocedor de su actividad para el cuidado de su salud), la profesionalización de este tipo de actividades y la aplicación de la normativa de prevención de riesgos laborales, hacen necesario además dirigir el enfoque a la seguridad y salud del propio trabajador.

Aunque el nivel de siniestralidad en general es bajo en el sector, existen diversas instalaciones, maquinaria y productos que, si no se utilizan de forma adecuada, pueden dar lugar a condiciones de cierta peligrosidad y problemas de salud a corto, medio y largo plazo. Por otro lado, la propia naturaleza del ejercicio físico también puede generar riesgos de lesiones tanto a corto como a largo plazo que es necesario controlar y tener en cuenta para mejorar la calidad de vida y de trabajo de los monitores de actividades deportivas y poder prolongar así su vida profesional.

### **METODOLOGÍA**

Para el estudio de los riesgos laborales de las instalaciones dedicadas a la actividad física y la salud, se ha partido principalmente de dos fuentes de información con objeto de obtener una visión lo más cercana posible a la realidad de las condiciones de trabajo en las mismas. En primer lugar, las visitas realizadas a diferentes centros e instalaciones deportivas han permitido conocer la realidad del sector, y recoger información sobre las fuentes de riesgo identificadas "in situ". En segundo lugar, las entrevistas realizadas al personal con responsabilidades en materia preventiva y técnicos de prevención han permitido recoger información relevante en base a su experiencia en el sector y al conocimiento en profundidad de las diversas actividades y la organización de las mismas en los diferentes tipos de instalaciones.

De esta manera se recogen dos puntos de vista: uno externo, procedente de los técnicos de prevención de riesgos laborales de MAPFRE Servicio de Prevención (que proporciona un punto de vista puramente técnico y objetivo), y otro interno procedente del personal relacionado en alguna medida con las instalaciones objeto de estudio y que tiene un mayor conocimiento de la organización y el funcionamiento del día a día de las instalaciones.

Entre las visitas realizadas, se encuentran 4 gimnasios y centros privados, 1 de gestión privada y titularidad pública y 2 instalaciones públicas, localizados todos ellos en Madrid, Alicante y Valencia. En todos los casos eran centros de tamaño mediano o grande con diversidad de servicios y actividades.

# 06

## **ESTUDIO DE LOS RIESGOS LABORALES DEL SECTOR DE LAS INSTALACIONES DEPORTIVAS Y DE LA SALUD**

Con respecto al personal entrevistado, se han realizado 7 entrevistas a gerentes, técnicos de prevención de riesgos y coordinadores de actividades con formación en prevención de riesgos.

Finalmente, el estudio de los riesgos existentes para la seguridad y salud de los trabajadores, se ha abordado desde tres perspectivas distintas para facilitar su consulta y aplicación a las diferentes realidades de cada tipo de centro o instalación. De este modo, se han diferenciado:

- Riesgos derivados de las instalaciones de los centros (que pueden afectar en principio a todo el personal que desarrolle su actividad en las mismas).
- Riesgos procedentes de maquinaria y productos químicos utilizados (que pueden afectar tanto a los usuarios de las instalaciones como al personal encargado de la revisión, mantenimiento y reparación de las mismas).
- Riesgos por puestos de trabajo (que afectan a los trabajadores de un puesto de trabajo por razón de la naturaleza de la actividad desarrollada, las condiciones en que se desarrolla dicha actividad, los productos y sustancias, y los aparatos y maquinaria utilizados).

## INSTALACIONES

En los centros dedicados a la actividad física y la salud se pueden encontrar una gran diversidad de instalaciones en función del tipo de centro y servicios ofertados, por lo que nos hemos centrado en las más comunes y frecuentes en la mayoría de ellos.

En relación a las diferentes instalaciones, es necesario considerar la cantidad y el tipo de personal que puede encontrarse en las mismas y por tanto verse afectado por los riesgos derivados de las mismas. En este sentido, se pueden encontrar instalaciones abiertas al público en general, instalaciones abiertas a determinados colectivos de usuarios y trabajadores, instalaciones exclusivas para los trabajadores e instalaciones exclusivas para trabajadores autorizados. Lógicamente las instalaciones abiertas al público en general deberán tener unas características tales, que los peligros derivados de las mismas sean mínimos, mientras que las instalaciones con mayor nivel de peligrosidad deberán de tener el acceso restringido a personal autorizado con una formación específica.

### Instalaciones generales y zonas de tránsito

Los principales riesgos existentes en las zonas generales y de tránsito de las instalaciones son los relacionados con caídas al mismo o distinto nivel y golpes contra objetos móviles o inmóviles, aunque tampoco hay que olvidar el posible riesgo de incendio con objeto de prever medidas de actuación. En general este tipo de riesgos están muy cuidados en este tipo de centros debido a que es una de las primeras cosas que perciben los usuarios y clientes, si bien no hay que descuidarlos en aquellas zonas que no están a la vista de los usuarios.

Los requisitos básicos en materia preventiva respecto a las condiciones y características de los locales y lugares de trabajo se especifican en el RD 486/1997 por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo.

En términos generales, las instalaciones, locales y lugares de trabajo deberán poseer una estructura y solidez apropiadas a su utilización y se deberán conservar en condiciones adecuadas

de orden y limpieza, con objeto de evitar posibles resbalones, tropiezos, caídas o golpes contra objetos. Del mismo modo, los suelos y superficies de tránsito deberán ser fijos, estables y no resbaladizos, y no deberán tener irregularidades ni pendiente peligrosas.

Las aberturas o desniveles que supongan un riesgo de caída de personas se protegerán mediante barandillas, al igual que los lados abiertos de las escaleras y rampas de más de 60 centímetros de altura. Además, si la anchura es superior a 1,2 m., los lados cerrados dispondrán de pasamanos a una altura mínima de 90 centímetros; si la anchura es menor a 1,2 m. pero ambos lados son cerrados, al menos uno de los dos llevará pasamanos.

Las barandillas deberán ser de materiales rígidos, tener una altura mínima de 90 centímetros y disponer de una protección que impida el paso o deslizamiento por debajo de las mismas, así como la caída de objetos sobre las personas de niveles inferiores.

En las instalaciones dedicadas a la actividad física y la salud son frecuentes los tabiques y puertas acristaladas para separar distintas áreas de los locales. Dichos elementos deberán estar claramente señalizados con algún tipo de dibujo o pintura a la altura de la vista que permita distinguirlos claramente y además, deberán estar fabricados con materiales suficientemente resistentes para evitar su rotura.

En cuanto a las puertas, cuando sean de vaivén, deberán ser transparentes o tener partes transparentes que permitan la visibilidad al otro lado de las mismas para evitar golpes. Por otro lado, las puertas correderas deben ir provistas de sistemas de seguridad que les impidan salirse de los carriles y las puertas mecánicas deberán funcionar sin riesgos para los usuarios y tener dispositivos de parada de emergencia de fácil identificación y acceso, además de poder abrirse de forma manual (salvo si se abren automáticamente en caso de avería del sistema de emergencia).

Especialmente importante debido al número potencial de usuarios en los centros deportivos son los aspectos relacionados con las vías y salidas de evacuación y las condiciones de protección contra incendios.

Respecto a las vías y salidas de evacuación, deberán ser adecuadas en número y dimensiones al número potencial de usuarios y trabajadores y permanecer libres de obstáculos que puedan dificultar el tránsito por las mismas. Además, deberán estar correctamente señalizadas, disponer de iluminación de seguridad y, en el caso de las puertas, poder abrirse desde el interior en todo momento. Las puertas de emergencia deberán abrirse hacia el exterior quedando prohibidas las puertas específicamente de emergencia que sean correderas o giratorias.

Según las dimensiones y el uso de los edificios, los equipos, las características físicas y químicas de las sustancias existentes, así como el número máximo de personas que puedan estar presentes, los lugares de trabajo deberán estar equipados con dispositivos de protección contra incendios y, si fuera necesario, con detectores contra incendios y sistemas de alarma.

Los dispositivos no automáticos de lucha contra los incendios deberán ser de fácil acceso y manipulación y estar señalizados conforme al RD 485/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de señalización de seguridad y salud en el trabajo.

Además, las instalaciones de protección contra incendios deberán cumplir los requisitos establecidos en el RD 1942/1993, de 5 de noviembre, por el que se aprueba el Reglamento de Ins-

talaciones de Protección contra Incendios.

Por otro lado, los edificios donde se ubiquen los locales e instalaciones de los centros deberán cumplir con los requisitos del RD 314/2006, de 17 de marzo, por el que se aprueba el Código Técnico de la Edificación. Dicho código técnico establece varias exigencias básicas de seguridad en caso de incendio en relación con:

- Propagación interior: se limitará el riesgo de propagación del incendio por el interior del edificio, tanto al mismo edificio como a otros edificios colindantes.
- Propagación exterior: se limitará el riesgo de propagación del incendio por el exterior, tanto en el edificio considerado como a otros edificios.
- Evacuación de ocupantes: el edificio dispondrá de los medios de evacuación adecuados para facilitar que los ocupantes puedan abandonarlo o alcanzar un lugar seguro dentro del mismo en condiciones de seguridad.
- Instalaciones de protección contra incendios: el edificio dispondrá de los equipos e instalaciones adecuados para hacer posible la detección, el control y la extinción del incendio, así como la transmisión de la alarma a los ocupantes.
- Resistencia estructural al incendio: la estructura portante mantendrá su resistencia al fuego durante el tiempo necesario para que puedan cumplirse las anteriores exigencias básicas.



En lo que respecta a la instalación eléctrica, se deberán cumplir los requisitos establecidos en el Reglamento Electrotécnico de Baja Tensión. En particular, Los titulares de las instalaciones deberán mantener en buen estado de funcionamiento sus instalaciones, utilizándolas de acuerdo con sus características y absteniéndose de intervenir en las mismas para modificarlas. Si fueran necesarias modificaciones, éstas deberán ser efectuadas por un instalador autorizado. La revisión, mantenimiento y reparaciones de las instalaciones eléctricas deberán efectuarse en todo caso por personal especializado. Además los cuadros de las instalaciones eléctricas deberán estar cerrados con llave y no permitirse su manipulación por personal no cualificado.

En lo referente a las condiciones ambientales de las instalaciones, el RD 486/1997 establece que deberán evitarse las temperaturas y las humedades extremas, los cambios bruscos de temperatura, las corrientes de aire molestas, los olores desagradables, la irradiación excesiva y, en particular, la radiación solar a través de ventanas, luces o tabiques acristalados.

En particular la temperatura de los locales donde se realicen trabajos sedentarios propios de oficinas o similares estará comprendida entre 17 y 27°C mientras que en locales donde se realicen trabajos ligeros estará comprendida entre 14 y 25°C.

La humedad relativa, por otro lado, estará comprendida entre 30 y el 70%, excepto en los locales donde existan riesgos por electricidad estática en los que el límite inferior será el 50%.

Finalmente, se deberán controlar las corrientes de aire de manera que los trabajadores (o usuarios) no estén expuestos de forma frecuente o continuada a corrientes de aire cuya velocidad supere los 0,25 m/s para trabajos en ambientes no calurosos; los 0,5 m/s para trabajos sedentarios en ambientes calurosos y los 0,75 m/s para trabajos no sedentarios en ambientes calurosos. En el caso de corrientes de aire acondicionado, los límites serán 0,25 m/s, en el caso de trabajos sedentarios, y 0,35 m/s en los demás casos).

Respecto a la iluminación de las zonas y espacios comunes de las instalaciones, es preferible la iluminación natural siempre que sea posible, complementándose con luz artificial cuando la natural no sea suficiente para asegurar unas condiciones de seguridad y confort visual. En general, para evitar riesgos de caídas y golpes, en pasillos y vías de circulación el nivel medio de iluminación a nivel de suelo debe ser de 100 lux y de 150 lux en zonas de escaleras (según el proyecto de norma europea prEN 12464). En aquellas zonas donde se requieran mayores niveles de iluminación debido a las tareas realizadas como pueden ser los puestos y mostradores de recepción, se completará la iluminación general con iluminación localizada de al menos 500 lux sobre el área de trabajo.

#### Salas de ejercicio con maquinaria (cardiovascular, ciclo indoor y musculación)

Las salas de ejercicio cardiovascular y de musculación, se caracterizan por la realización de un ejercicio físico de cierta intensidad y por la presencia de maquinaria y aparatos de ejercicio distribuidos por la superficie de la sala.

El simple hecho de la presencia y distribución de los distintos aparatos por la sala, independientemente de su utilización o no, supone cierto riesgo de tropiezos, golpes y caídas al mismo

nivel, que se puede reducir con una adecuada distribución y ordenación de los aparatos en la misma, debiendo separar suficientemente unos de otros y dejando ciertas zonas libres de aparatos a modo de pasillos, de al menos 1 m. de anchura, para transitar de un lado a otro de las salas. En este sentido es muy importante tener en cuenta que las zonas de tránsito libres de aparatos deben coincidir en su trayectoria con las posibles vías de evacuación y salidas de emergencia y estar dimensionadas en función a la capacidad máxima de usuarios que tenga la sala (en general la anchura de los pasillos deberá ser mayor o igual que  $P/200$  y en todo caso mayor o igual a 1 m., siendo "P" el número total de personas cuyo paso se prevé por ese punto).

En relación a las condiciones ambientales, es importante controlar la temperatura y humedad de estas salas teniendo en cuenta la intensidad de los ejercicios realizados y que la vestimenta de los usuarios suele ser ligera y transpirable. En este sentido, la utilización de sistemas de ventilación forzada es una medida básica para asegurar la renovación del nivel de oxígeno y evitar un aumento excesivo de la temperatura y, sobre todo, de la humedad producida por la evaporación del sudor y la respiración derivada de la realización del ejercicio físico por un grupo más o menos grande de personas al mismo tiempo. No obstante, hay que tener en cuenta que la renovación de aire no debe someter a los usuarios a corrientes de aire directas. Además del disconfort térmico, una temperatura ambiental excesiva durante la realización del ejercicio físico aumenta la deshidratación del organismo, aparte de lo cual se produce una mayor transpiración y por tanto un aumento de la humedad relativa. Si la humedad relativa es demasiado elevada se dificulta la sudoración y por tanto la regulación de la temperatura corporal. Por otro lado, una elevada humedad relativa produce la condensación del vapor de agua sobre las diferentes superficies incrementando el riesgo de resbalar y caer al suelo.

El RD 486/1997 sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo, establece que en los lugares donde se realicen trabajos ligeros se debe mantener una temperatura ambiente de entre 14 y 25°C. Algunos autores (Antonio P.O. Carvalho, Carla C.S. Barreira) recomiendan temperaturas de entre 16 - 18°C en invierno y 20 - 23°C en verano, con una humedad relativa de entre 50 y 60% y una renovación del aire de 1,5 a 2,0 veces en invierno y de 2,0 a 2,5 veces en verano. En los centros dedicados a la actividad física y la salud lo habitual es encontrar temperaturas de entorno a 22° C y porcentajes de humedad relativa de alrededor de 75%, ligeramente superiores a lo recomendable en el caso de la temperatura en invierno, pero demasiado elevadas en el caso de la humedad relativa.

En relación a la iluminación de estas salas es preferible la luz natural siempre y cuando se evite la incidencia directa de la luz del sol sobre los usuarios y los posibles reflejos y deslumbramientos. En cuanto a la iluminación artificial deberá ser uniforme y suficiente para asegurar el tránsito y utilización de los diversos aparatos en condiciones de seguridad, evitando golpes, tropiezos y caídas.

Finalmente, en las salas de ejercicio con aparatos hay que tener en cuenta son las características del suelo y las paredes. Respecto al suelo, debe ser una superficie lisa de fácil limpieza y propiedades antideslizantes para evitar riesgos de caídas, especialmente por la posible acumulación de sudor o condensación de humedad. En cuanto a las paredes, puede ser conveniente

instalar materiales con capacidad de absorción de las ondas sonoras cuando, por la elevada cantidad de aparatos y usuarios o por el volumen de la música ambiente, se puedan alcanzar niveles sonoros elevados.

#### Salas de clases colectivas

En las salas donde se llevan a cabo clases colectivas de diversas actividades, en general, se deben controlar los mismos parámetros comentados en el punto anterior considerando ciertas especificidades que pueden variar según el tipo de actividad a desarrollar.

En cuanto a las condiciones de temperatura, humedad y ventilación es importante poder regularlas en función de la actividad específica que se vaya a desarrollar ya que no puede ser la misma para una clase de aeróbic, step o body pump, que tienen una elevada demanda metabólica; que para una clase de yoga, tai chi o pilates, que son actividades mucho más relajadas.

Por lo que respecta a los suelos, además de las ya comentadas propiedades antideslizantes y condiciones de fácil limpieza, es fundamental que tenga una alta capacidad de absorción de impactos, con objeto de minimizar el riesgo de lesiones musculoesqueléticas, producidas por microtraumatismos continuados y acumulados durante largos periodos de tiempo. Por otro lado, también es importante que tenga capacidad de reducir el ruido producido por los impactos, que sea cómodo para la utilización sin calzado y que proporcione suficiente seguridad frente a incendios, estando libre de sustancias tóxicas y fácilmente combustibles.

Por último, en algunas actividades desarrolladas en las salas colectivas (aeróbic, body pump...), existe un riesgo de exposición a elevados niveles de ruido debido a la utilización de música para guiar los ejercicios y coreografías, a las directrices dadas por el monitor por encima del nivel de la música y al ruido producido por los impactos repetidos del conjunto de personas que realizan los ejercicios. Un factor que incide en los niveles sonoros es el hecho de que las clases colectivas se desarrollan habitualmente en salas cerradas, por lo que es fundamental que las paredes de las mismas cuenten con materiales con una buena capacidad de absorción acústica.

#### Piscinas cubiertas y zonas de spa y balnearios

Las zonas acuáticas de las instalaciones dedicadas a la actividad física y la salud presentan unos riesgos específicos derivados de la presencia de agua y humedad, de la presencia de posibles microorganismos patógenos, así como de los productos químicos utilizados para mantener las mismas en condiciones higiénicas.

En las instalaciones acuáticas cerradas es muy importante controlar adecuadamente las condiciones ambientales. La calidad del ambiente, la temperatura, la humedad y la pureza del aire, tienen gran influencia no sólo en los usuarios, sino también en los monitores y en las propias instalaciones. Un exceso de humedad en las instalaciones acuáticas, además de producir disconfort, favorece la corrosión de las estructuras metálicas de la piscina y aumenta enormemente el riesgo eléctrico. En piscinas, la temperatura del agua no debe superar los 27 °C, para evitar el exceso de humedad y la condensación y, en general, la humedad se debe mantener por debajo del 70% mediante un adecuado sistema de ventilación. Si se toma como referencia la



norma UNE 100.011.91, sobre ventilación para una calidad aceptable del aire en la climatización de los locales, el caudal mínimo por persona debe ser de 15 l/s o 2,5 l/sm<sup>2</sup> de superficie (se debe emplear el valor más alto). El local debe estar siempre en depresión y si las condensaciones se eliminan por ventilación, los caudales deberán ser superiores.

En cuanto al ruido, en ocasiones pueden observarse niveles elevados (por encima de 88 dB), especialmente en piscinas de animación o con alta afluencia de usuarios. Por ello, se debe procurar utilizar materiales que reduzcan el ruido y la reverberación en la medida de lo posible ya que estos materiales, al ser porosos, también favorecen la retención de humedad y el posible riesgo biológico.

En las instalaciones acuáticas la iluminación es otro aspecto importante, no solamente en cuanto a confort sino también en cuanto a seguridad. Un exceso de luz provoca reflejos en bañistas y monitores. Es preferible la utilización de luz indirecta cuando sea posible. Un nivel de iluminación de 200 lux parece suficiente (UNE 72-163-84), aunque para piscinas de competición se suele emplear 400 lux. Para vestuarios 250 lux (mínimo de 150 lux) y para las gradas, pasos y vestíbulos, 250 lux (mínimo de 100 lux). Deben existir luces de emergencia según lo establecido en la legislación vigente (NBE correspondiente).

Debido a la presencia de humedad, se debe prestar especial cuidado con el riesgo eléctrico. El material eléctrico debe estar seleccionado en función de las características del local y la instalación eléctrica debe cumplir con el Reglamento Electrotécnico de Baja Tensión (RD 842/2002) en su conjunto y, especialmente, en aquellas instrucciones que se refieran a las características

específicas del ambiente de las piscinas. La instalación de equipos eléctricos e interruptores en las zonas de libre acceso se restringirán al máximo, empleando solamente los que sean imprescindibles para las actividades que se desarrollen en la piscina (megafonía o accionamiento de equipos relacionados con la actividad y mantenimiento de la piscina). Las máquinas de la limpieza y mantenimiento emplearán conexiones protegidas y se centralizarán los interruptores en cuadros protegidos fuera del recinto del vaso y del alcance de los usuarios. Es conveniente una revisión periódica del conjunto de la instalación eléctrica ya que, por las condiciones ambientales de las piscinas, puede deteriorarse con relativa facilidad.

Entre los riesgos relacionados con la seguridad destaca también el riesgo de caída al mismo o distinto nivel producido por la presencia de pavimentos resbaladizos debidos a la humedad o la presencia de zonas encharcadas y a la utilización de escaleras o la existencia de suelos en pendiente. Para minimizar dichos riesgos, se debe evitar la formación de charcos e instalar banderillas en caso de desniveles, rampas, escaleras y zonas de acceso a los vasos; así como pavimentos antideslizantes (las normas alemanas DIN 51097 (para pies descalzos) y DIN 51130 (para calzado) establecen materiales a utilizar en función del riesgo de deslizamiento en las diferentes zonas según el grado de inclinación de las superficies). Otras acciones preventivas consistirían en un correcto diseño de las instalaciones, en el establecimiento de rutas seguras mediante señalización horizontal y en el empleo de calzado adecuado, fijado al pie y antideslizante.

En relación al riesgo por agentes químicos hay que señalar que, cuando el agente desinfectante utilizado sea cloro, la ventilación debe permitir mantener las concentraciones del mismo en aire al nivel más bajo posible, de cara a evitar disconfort olfativo y, obviamente, efectos adversos en la salud de los usuarios y trabajadores ya que el cloro es un gas irritante de las mucosas y del aparato respiratorio que puede producir hiperreactividad bronquial en individuos susceptibles. La concentración máxima permisible para evitar efectos irritantes está fijada en 0,5 ppm (o lo que es lo mismo 1,5 mg/m<sup>3</sup>, para exposiciones de 8 horas día y 40 horas a la semana) y 2,9 mg/m<sup>3</sup> para cortos períodos de exposición (valores umbral límite, TLV, según la American Conference of Governmental Industrial Hygienists). El control y reducción efectiva de la presencia de este gas en aire, comportará, asimismo, la de otros compuestos perjudiciales asociados: cloraminas, haloacetaldehídos, haloacetónitrilos, halocetonas y clorofenoles.

Los riesgos pueden aumentar por el uso de hipoclorito y ozono eléctrico generado en el proceso. En este caso debe llevarse a cabo, además, un control estricto de la presencia de ozono en el aire ambiente y en el vaso de la piscinas, para comprobar su ausencia. La utilización de ozono se asocia a la presencia de formaldehído en el aire de las piscinas.

En cuanto a la concentración de cloro en el aire hay que tener en cuenta que:

- A mayor tamaño del vaso de la piscina y mayor número de nadadores, mayor concentración de cloro en el aire.
- El nivel de cloro en el aire depende de la agitación del agua. Actividades que supongan una gran agitación como la natación deportiva, el fitness acuático, o presencia de niños jugando aumentan los niveles de cloro en el aire.
- En las piscinas con surtidores puntuales de cloro, los niveles en aire son mayores en las in-



mediaciones de dichos surtidores, mientras que cuando están distribuidos uniformemente por todo el fondo de la piscina, los niveles son homogéneos.

- La concentración ambiental de cloro aumenta claramente hacia el final de la jornada.
- En algunas piscinas con ventilación deficiente, al presentar un contenido de cloro en el agua elevado (aún dentro de la normativa), la concentración de cloro en el aire es muy elevada. Asimismo, cuando, la temperatura del agua es elevada y no se cumple la exigencia normativa de dos grados de diferencia entre la temperatura ambiental y la del vaso de piscina, el desprendimiento de cloro al aire es mayor. Esto produce dos consecuencias negativas: la contaminación del aire y un menor tiempo de estancia del cloro en el agua y por tanto una menor capacidad de desinfección.

En lo referente a los riesgos biológicos. En las instalaciones acuáticas, los factores que favorecen la contaminación por microorganismos son, principalmente:

- Un elevado aforo.
- Contacto o intercambio de objetos personales.
- La existencia de una atmósfera demasiado húmeda y templada (normalmente por falta de renovación suficiente del aire).
- El uso extensivo de revestimientos rugosos, para evitar deslizamientos, que retienen el agua.

Por otra parte, la contaminación biológica en una piscina está directamente relacionada con estos cuatro parámetros:

- El nivel de cloro libre en el agua.
- Las condiciones de uso de la piscina.
- En nivel higiénico de los usuarios.
- El estado de salud de los usuarios.

Es evidente que el control de la contaminación debe basarse en los dos primeros puntos, aunque se establezcan las correspondientes instrucciones sobre el cumplimiento del tercer y cuarto punto (muy importante el último de ellos en piscinas dedicadas a actividades de rehabilitación de enfermos).

El nivel de cloro libre debe hallarse entre 0,5 y 2,0 ppm, mientras que el combinado debe ser inferior a 0,6 ppm. Cuando se emplea ozono, su concentración en agua debe alcanzar 0,4 ppm antes de la desozonización.

Por otro lado, deben existir instrucciones de uso que limiten al máximo la posibilidad de contaminación biológica del agua y del ambiente. En la tabla 1 se resumen los principales agentes biológicos patógenos susceptibles de ser encontrados en piscinas. Los protozoos pueden ser saprófitos, que se nutren de vegetales y animales en descomposición como los paramecios, o parásitos que viven a costa de organismos vivos como las amebas. Los hongos proliferan en zonas húmedas (zona de playa y vestuarios) y las lesiones que provocan pueden ser profundas o cu-

táneas; la mayoría son del género dermatófitos. Las bacterias se multiplican rápidamente en caso de un incorrecto mantenimiento de la piscina y pueden sobrevivir varias semanas en forma de esporas; pueden causar enfermedades infecciosas, manifestándose clínicamente y utilizando al bañista como reservorio, aunque también se pueden encontrar bacterias inofensivas en situaciones inmunológicas normales pero que causen patologías a personas con bajas defensas. Por lo que se refiere a los virus, parásitos celulares obligados, los que se pueden considerar de mayor riesgo de transmisión de enfermedades en piscinas públicas son los de la poliomielitis y de las verrugas plantares.

Tabla 1: Principales microorganismos patológicos susceptibles de ser encontrados en piscinas.

Microorganismos		Origen	Patologías cutáneas	Patología digestiva	Patologías otorrinolaringológicas	Patologías diversas
PROTOZOOS	Ameba	Telúrico		Disentería		Meningitis
	Crystosporidium			Diarrea prolongada		
	Giardia			Diarrea, dolor abdominal, fatiga y pérdida de peso		
HONGOS	Dermatofófitos	Piel (escamas)	Micosis, pié de atleta			
	Levaduras (cándida albicans)	Piel (escamas) Mucosas	Cándidas			
	Mohos		Infección dedos pies		Infecciones del conducto auditivo externo	
BACTERIAS	Estafilococos	Piel, lesiones cutáneas	Forunculosis, piodermitis		Rinitis, faringitis	Conjuntivitis
	Estreptococos	Mucosas (nasofaringe)	Impétigo		Anginas. otitis	
	Pseudomonas aeruginosa	Hidrotelúricas, mucosas	Forinculitis, dermatitis		Otitis	
	Salmonela	Piel, región perianal;		Fiebres tifoidea y paratifoidea		
	Colibacilo	Piel, región perianal		Fiebres tifoidea y paratifoidea		
	Shigela	Piel, región perianal		Disentería bacilar		
	Micobacterium. balnei	Agua y tierra	Granuloma (codo, rodilla)			
	Legionela	Agua	Verrugas plantares		Neumonía	
VIRUS	Papilovirus	Piel y mucosas				
	Poliovirus	Piel y mucosas			Poliomielitis	
	Otros enterovirus	Piel y mucosas		Diarrea	Faringitis	Meningitis benigna
	Virus hepatitis A	Piel y mucosas		Diarrea		Hepatitis viral
	Adenovirus	Piel y mucosas			Infecciones agudas	Conjuntivitis epidérmica

Conviene resaltar que cada tipo de microorganismo necesita de unas determinadas condiciones de temperatura, oxígeno, humedad y acidez para su proliferación y capacidad de contagio.

Las vías de entrada de los microorganismos patógenos en el cuerpo humano se dividen en:

- Vía dérmica, 30%
- Por mucosas, 50%
- Vía digestiva, 20%

Además, hay que tener en cuenta que la presencia de agentes desinfectantes puede producir irritaciones locales y debilitación de la piel y las mucosas, pudiendo reducir su capacidad como barrera frente a las infecciones.

Entre los contagios más frecuentes en piscinas están los originados por hongos, que encuentran su hábitat ideal en zonas húmedas y umbrías entre 20 y 28°C.

En cuanto a las medidas para prevenir el riesgo de contagio biológico es fundamental:

- Utilizar chanclas o zapatillas de goma para pisar sobre lugares húmedos.
- Seguir unos hábitos de higiene adecuados.
- Utilizar las duchas antes y después del uso de las instalaciones acuáticas para reducir la cantidad de los posibles gérmenes que se puedan portar.
- Secarse bien después del baño (con especial cuidado en los espacios interdigitales de los pies y los pliegues de la piel).
- Vigilar el exceso de sudoración.
- No utilizar las instalaciones en caso de tener una infección. En caso de duda acudir al médico de cabecera o al dermatólogo para su correcto diagnóstico y tratamiento.

En cuanto a las infecciones bacterianas cabe destacar la Legionella, que son bacterias Gram negativas, no formadoras de esporas, con forma de bacilos móviles y aeróbicos, que pueden ser no parásitos o parásitos dentro de amibas y otros protozoarios o dentro de biopelículas. Las Legionella spp. son bacterias heterótrofas encontradas en un amplio espectro de ambientes acuosos y pueden proliferar a temperaturas por encima de 25 °C. Logran estar presentes en altos números en spas naturales que usan aguas termales de manantiales y crecen además en tinas de agua caliente, equipos asociados y sistemas HVAC (Calentamiento, ventilación y aire acondicionado) mantenidos inadecuadamente. La Legionella spp. puede asimismo multiplicarse en los materiales de los filtros, particularmente sobre carbón activado granulado.

La exposición a Legionella se puede prevenir mediante la implementación de medidas básicas de manejo, incluyendo la filtración, el mantener un residual continuo de desinfectante en tinas de hidromasajes (donde no se empleen los desinfectantes debe haber una tasa de dilución alta con agua fresca) y el mantenimiento y limpieza física de todos los equipos de spas naturales, tinas y piscinas incluyendo la fontanería asociada y las unidades de aire acondicionado. Debido a su presencia tanto en ambientes naturales como artificiales, debe considerarse que las personas están expuestas frecuentemente (al menos a bajos números). Por lo general, o bien no

se produce reacción a la exposición (con la producción asintomática de anticuerpos) o se puede desarrollar una enfermedad suave como la gripe (la cual puede no ser atribuida a una infección por Legionella).

El término Legionelosis hace referencia a las enfermedades causadas por la bacteria Legionella (El 90% de casos de son causados por L. pneumophila). Básicamente estas enfermedades son dos: la Enfermedad del legionario y la Fiebre de Pontiac. La primera es una forma severa de neumonía, mientras que la segunda consiste en una infección no neumónica presentando un cuadro pseudogripal. La principal vía de transmisión de la infección es la inhalación de aerosoles líquidos que contengan la bacteria (no ha sido documentada la transmisión entre personas ni la infección por la ingestión de agua contaminada). Los factores generales de riesgo para la enfermedad del legionario son: el género (los hombres son aproximadamente 3 veces más propensos que las mujeres a contraer la enfermedad del Legionario), la edad (50 o mayor), la enfermedad crónica pulmonar, el consumo de tabaco y el consumo excesivo de alcohol. Los factores específicos de riesgo, en relación a las piscinas y tinas de hidromasajes, incluyen la frecuencia de uso de las tinas y la permanencia alrededor de las mismas. Aunque la tasa de incidencia es con frecuencia menor que el 1%, la mortalidad entre casos hospitalizados varía ampliamente hasta el 50%. La fiebre de Pontiac es una enfermedad no pulmonar, no transmisible y no fatal. La tasa de incidencia puede ser tan alta como el 95% en la población total expuesta. Los pacientes con enfermedad o condiciones no subyacentes se recuperan en 2 a 5 días sin tratamiento.

El riesgo de la legionelosis proveniente de piscinas y ambientes similares está relacionado con la proliferación de Legionella en spas o tinas de hidromasajes, equipos asociados y sistemas HVAC. La deducción a partir de los brotes reportados y de los documentos de casos particulares es que la inhalación de la bacteria, o la aspiración seguida de la ingesta durante el uso de spas naturales o tinas puede conducir a la enfermedad, aunque algunos estudios concluyeron que las duchas pueden presentar un riesgo mucho mayor de legionelosis que el agua de la piscina. Las aguas termales de manantiales, especialmente, pueden ser una fuente de altos números de Legionella spp. implicadas en casos de enfermedad del Legionario. Los sistemas de distribución de agua potable, las aguas domésticas calientes y frías mantenidas entre 25 °C y 50°C, las torres de enfriamiento, los condensadores por evaporación de dispositivos de aire acondicionado, las fuentes de agua y las máquinas generadoras de neblina también son fuentes potenciales de exposición a Legionella.

El control de la Legionella sigue los principios similares generales para planes de seguridad del agua aplicado a los suministros de agua potable aunque, en este caso, la responsabilidad principal no debe recaer en el proveedor de agua. Las autoridades responsables de la regulación de instalaciones recreativas deben garantizar la implementación de planes de seguridad y tales planes deben ser dirigidos no solamente a piscinas y tinas de hidromasaje sino también a otros sistemas de agua, incluyendo torres de enfriamiento y condensadores por evaporación que operan en estas instalaciones. Puesto que los planes de seguridad se limitan a la instalación recreativa y no se describe fácilmente la respuesta de dosificación, se deben definir medidas

adecuadas de control en términos de prácticas que hayan demostrado efectividad. Las medidas importantes de control incluyen un diseño adecuado (para minimizar el área superficial disponible dentro del sistema de la piscina, la tina y la tubería correspondiente y reducir así el área de posible colonización bacteriana), la garantía de un residual adecuado de desinfectante en piscinas y tinas de hidromasajes, el mantenimiento y la limpieza apropiados de los equipos e instalaciones y una ventilación correcta de las instalaciones.

La mayoría de las legionelosis vinculadas con el uso de aguas recreativas han sido asociadas con jacuzzis y spas naturales. Las aguas de spas naturales (especialmente las aguas termales) y equipos asociados crean un hábitat especial (calor, agua aeróbica que contiene nutrientes) para la proliferación de la Legionella. Las tinas empleadas como muestras en puntos de venta al por mayor son también focos potenciales de infección. No han sido reportados brotes como resultado del uso de piscinas, aunque la Legionella spp. ha sido aislada de muestras de aguas de piscina y de filtros. Las tinas de hidromasaje integradas en grandes complejos de piscinas parecen disminuir los focos de infección de Legionella por la existencia de instalaciones que comparten el tratamiento de agua, diluyendo así el agua de la tina en volúmenes mayores del agua para tratamiento.

El riesgo aumentado de Legionella en aguas potables ha sido asociado con la operación de sistemas en el rango de temperaturas entre 25-50°C. En instalaciones de tinas de hidromasajes es poco práctico mantener una temperatura del agua fuera de este rango, por lo que es necesario implementar un conjunto de estrategias diferentes de manejo, que puede incluir:

- Garantizar una circulación constante del agua en la bañera.
- Programar "períodos de descanso" durante la operación de la tina, con el fin de disuadir el uso excesivo y además permitir que los niveles del desinfectante se "recuperen".
- Inspeccionar y limpiar frecuentemente todos los filtros, incluyendo los filtros de retrolavado (al menos diariamente y cuando se requiera por una caída de presión).
- Limpiar los alrededores de la piscina e inspeccionar condiciones físicas de la bañera (habitualmente cada día).
- Reemplazar al menos la mitad del agua en cada jacuzzi (frecuencia diaria). Vaciar totalmente las tinas y limpiar minuciosamente todas las superficies y toda la red de tuberías (semanalmente).
- Mantener y efectuar limpieza física de los sistemas de calefacción, ventilación y aire acondicionado atendiendo el cuarto donde está localizada la bañera de hidromasaje (semanal a mensualmente)
- Inspeccionar el filtro de arena (en general, trimestralmente); y garantizar que el personal sea cualificado y competente para operar la instalación recreativa.

Con el fin de controlar el crecimiento de Legionella en bañeras y spas naturales, es crítica la limpieza física de superficies y puede requerirse de altas concentraciones del residual del desinfectante, e.g. el cloro libre, donde se emplee, debe ser al menos 1.0 ppm en todo tiempo. Algunos elementos tales como los aspersores, etc., presentes en las instalaciones de las piscinas deben limpiarse periódicamente con un nivel de desinfectante adecuado para eliminar Legio-

nella spp. (e.g. por el uso de una solución de al menos 5 mg de hipoclorito por litro).

Aparte de esto, los bañistas deben ser persuadidos del uso de la ducha preinmersión con objeto de remover contaminantes tales como sudor, cosméticos y suciedad orgánica, que pueden actuar como fuente de nutrientes para el crecimiento bacteriano y neutralizar los biocidas oxidantes. La densidad de bañistas y la permanencia en las tinas deben asimismo ser controlados. Las instalaciones públicas y de uso restringido deben tener períodos de descanso programados durante el día. Los individuos de alto riesgo (tales como aquellos con enfermedad pulmonar crónica) deben ser avisados acerca de los riesgos de exposición a Legionella en o alrededor de la piscinas y las tinas de hidromasaje.

Los operadores de las instalaciones de bañeras de hidromasajes deberán emprender un programa de verificación de medidas de control, incluyendo:

- Verificación y ajuste de los niveles del residual del desinfectante y del pH (varias veces diarias).
- Inspección y mantenimiento de operaciones de limpieza (diaria a semanalmente)
- Donde se efectúen ensayos específicos para Legionella, los niveles deberán ser <1/100ml.

Aunque la Legionella debe controlarse principalmente en los sistemas de aguas, las zonas de spas y las tinas de agua caliente deben ser adecuadamente ventiladas para evitar la posible acumulación de aerosoles contaminados.

#### Aseos y vestuarios

Los riesgos presentes en aseos y vestuarios son principalmente los relacionados con las condiciones higiénicas de los mismos y con golpes o caídas al mismo nivel. Para evitar dichos riesgos es fundamental un diseño adecuado de los mismos y la utilización de materiales de suficiente resistencia y fácil limpieza, así como un sistema de ventilación adecuado que evite la condensación de humedad sobre las distintas superficies favoreciendo tanto la proliferación de microorganismos patógenos como el riesgo de resbalar y caer.

Para mantener unas condiciones higiénicas adecuadas se debe realizar una limpieza y desinfección periódica de estas instalaciones. En este punto es importante cuidar el diseño y los materiales utilizados que deben de ser resistentes a la humedad y de fácil limpieza, evitando las rugosidades y huecos en los que se pueda acumular la suciedad y ser un foco para la acumulación y crecimiento de microorganismos patógenos.

Además para evitar el riesgo de infección por microorganismos (especialmente hongos), se deben utilizar sandalias al transitar por las zonas de vestuarios y duchas.

Para evitar los golpes con objetos y caídas, los espacios deben ser amplios y estar libres de obstáculos (en especial escalones o desniveles). Además los suelos deben ser antideslizantes y se deben evitar los encharcamientos de los mismos limpiándolos rápidamente en caso de que se produzcan. Para reducir los daños producidos por posibles golpes, es aconsejable que las puertas de las taquillas y de los aseos posean bordes redondeados. Por otro lado, los vestuarios deben de contar con bancos de suficiente estabilidad además de perchas para poder dejar la ropa y facilitar el cambio de vestimenta.



#### Salas de calderas y salas de depuración y acondicionamiento del agua

Las salas de calderas de calefacción y agua caliente, así como las salas de depuración y acondicionamiento del agua de las instalaciones acuáticas presentan riesgos específicos para la seguridad de las personas por lo que el acceso a las mismas debe estar restringido al personal encargado de su manipulación, revisión y mantenimiento. Además, dicho personal deberá estar formado específicamente para la regulación y mantenimiento de este tipo de instalaciones.

En cuanto al diseño, instalación, inspecciones, revisiones y mantenimiento de los sistemas de calefacción y agua caliente, se deben de cumplir los requisitos establecidos en la normativa específica como es el REAL DECRETO 769/1999, que dicta las disposiciones de aplicación de la Directiva del Parlamento Europeo y del Consejo, 97/23/CE, relativa a los equipos de presión y que modifica al anterior REAL DECRETO 1244/1979 por el que se aprobó el Reglamento de aparatos a presión (Desde el 2002, está derogado el Reglamento de Aparatos a Presión, aprobado por Real Decreto 1244/1979, en todo lo referente a diseño, fabricación y evaluación de la conformidad de los equipos a presión y de los conjuntos incluidos en el ámbito de aplicación del primero, manteniéndose en vigor en su integridad para aquellos aparatos excluidos y no contemplados en el mismo).

Para evitar el riesgo de explosión, las instalaciones dispondrán de manómetros que permitan verificar el nivel de presión así como termómetros, válvulas de seguridad que permitan aliviar posibles sobrepresiones y aquellos sistemas de seguridad que según sus características sean pertinentes. Además los materiales de las conducciones y juntas serán de una resistencia apropiada



a las presiones de trabajo. Es necesario destacar la importancia de las labores de revisión y mantenimiento preventivo para asegurar el buen estado y funcionamiento de los diferentes elementos de la instalación.

Otros riesgos destacados en estas salas son los derivados de las condiciones ambientales. Condiciones de alta temperatura y humedad, unido a elevados niveles de ruido, influyen en la generación de sensación de discomfort que puede tener consecuencias en el nivel de atención de los trabajadores, favorecer el agotamiento de los mismos e incluso generar estrés térmico cuando se realizan trabajos en estas instalaciones durante largos períodos de tiempo.

En el caso de las salas de depuración de las instalaciones acuáticas, se puede dar también riesgo de intoxicación e irritación de mucosas y vías respiratorias debido al escape y acumulación de gases y vapores procedentes de los productos de desinfección y tratamiento del agua (principalmente cloro o bromo y sus derivados). Aunque normalmente los sistemas de regulación y suministro de estos desinfectantes están automatizados, es necesario vigilar el buen estado de los depósitos, contenedores y conducciones para evitar posibles fugas de los mismos.

Por último tendríamos diferentes riesgos como pueden ser los golpes y tropiezos con tuberías, conducciones o diferentes elementos de las instalaciones, así como las quemaduras por contacto con partes calientes de las mismas. Los primeros pueden evitarse desde la fase de diseño, evitando que las conducciones invadan las zonas de paso y, en caso de que esto sea inevitable, señalizándolas con pintura apropiada (con franjas alternas amarillas y negras, inclinadas 45°) o recubriéndolas con materiales aislantes. Las segundas pueden evitarse tam-



bién mediante el recubrimiento con materiales aislantes, que además reducirían los daños en caso de explosión.

### Almacenes

Los principales riesgos laborales que se producen en almacenes están relacionados con la caída de objetos y materiales debido a su manipulación o a una mala colocación e inestabilidad de los mismos o de las estructuras de sujeción como pueden ser las estanterías. Además de los riesgos puramente físicos como son los golpes y la caída de objetos en manipulación o almacenados, las consecuencias de los accidentes en almacenes pueden ser más o menos graves en función de los materiales en ellos almacenados.

En general, es fundamental mantener un correcto orden y limpieza del almacén, que permita acceder fácilmente a los diversos tipos de productos almacenados, así como detectar posibles desperfectos tanto en los productos almacenados como en las estructuras de almacenaje. Además la iluminación deberá ser adecuada para permitir distinguir con claridad los diferentes productos, leer el etiquetado de los mismos, así como detectar posibles daños o desperfectos en los productos o instalaciones.

En el caso de almacenaje en estanterías, estas deberán ser estables y tener una resistencia adecuada a los productos en ellas almacenados. Además, se deben realizar revisiones periódicas tanto de las estructuras de almacenaje como de los productos almacenados con objeto de comprobar que se encuentran en buenas condiciones.

En relación a los riesgos derivados del almacenaje de productos químicos, hay que destacar que el almacenamiento de sustancias peligrosas debe ser supervisado por una persona competente y capacitada, e inspeccionado de forma periódica. Además, los trabajadores que deban acceder a las áreas de depósito recibirán formación sobre los riesgos de los productos y las prácticas de trabajo seguras pertinentes y deberán tener a su disposición las fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados.

Debe situarse una alarma de incendios en el interior o en las proximidades de las instalaciones de almacenamiento.

La ubicación correspondiente a los distintos tipos de producto químico debe ilustrarse en un plano del almacén y en un registro químico en el que figuren la máxima cantidad permitida de todos los productos químicos en general y por clases. Además, se debe de realizar un inventario de las sustancias ubicadas en las salas de almacén y los depósitos.

Los productos químicos almacenados serán examinados periódicamente, al menos una vez al año. Aquellos cuya vida útil en depósito haya expirado, estén deteriorados o se encuentren en recipientes con fugas deberán ser evacuados en condiciones de seguridad.

Los productos deben estar claramente identificados y llevarse a cabo un adecuado control de las adquisiciones, asegurándose que se mantiene el etiquetado original y disponer de las fichas de seguridad.

También debe controlarse el almacenamiento y distribución de los mismos, restringiendo su uso y la entrada al almacén a personal autorizado y formado.

Se deben almacenar en locales, preferentemente en la planta baja, con ventilación directamente al exterior. Si el volumen de productos almacenados es alto, es recomendable disponer de alarmas para casos de vertidos y fugas. También debe contemplarse una compartimentación adecuada, tanto por reactividad como por inflamabilidad y tenerse en cuenta las incompatibilidades químicas.

Debido a que los productos ácidos que se utilizan para limpieza tienen propiedades corrosivas e irritantes, es importante tener disponibles los medios de actuación frente a emergencias para casos de salpicaduras accidentales o fugas de productos, esto es, duchas de emergencia, lavaojos, absorbentes para fugas, máscaras para emergencias, etc., que tendrán que estar perfectamente mantenidas para que su uso no revista ningún problema cuando se necesiten.

Específicamente, deben de separarse el hipoclorito sódico (lejía) y el ácido clorhídrico (sulfu-mán) u otros ácidos (sulfúrico, etc.). Debe contemplarse también el riesgo de producción ocasional de gas inflamable (hidrógeno) y las fugas de cloro, en caso que se utilice directamente este gas desinfectante. Precisamente, este riesgo ha hecho reducir al mínimo la utilización directa de cloro gas.

## MAQUINARIA Y PRODUCTOS UTILIZADOS

### Maquinaria y aparatos de ejercicio

En general, la maquinaria utilizada en las instalaciones dedicadas a la actividad física y la salud no presenta grandes riesgos para la seguridad de los usuarios, sin embargo, es necesario considerar algunas precauciones básicas con respecto a la misma.

En primer lugar, destacar que existe una gran diversidad de máquinas y aparatos de ejercicio de diversas características y usos (de ciclismo, de step y elípticas, de carrera, remo, multiestaciones de ejercicio anaeróbico, etc). Todas ellas deben de poseer una estabilidad adecuada, evitando el balanceo o movimiento involuntario de las mismas o de sus elementos al realizar el ejercicio. Además todos los componentes deben poseer una resistencia suficiente a las posibles fuerzas y tensiones desarrolladas durante el ejercicio para evitar posibles roturas y desperfectos en los mismos. Hay que tener en cuenta que la rotura de algún elemento de la maquinaria durante el ejercicio puede dar lugar a lesiones importantes. Por otro lado, los aparatos empleados deben de tener posibilidad de regulación y adaptación de sus elementos a las características de los diferentes usuarios.

Un aspecto importante a destacar sobre la utilización de este tipo de maquinaria es que se debe informar a los trabajadores y usuarios sobre la manera correcta de utilización de cada máquina, la colocación y regulación de sus componentes, así como sobre las protecciones y elementos de seguridad de los que disponga y los riesgos de una mala utilización.



Los principales riesgos derivados de la utilización de la maquinaria de ejercicio son:

- Caídas al mismo nivel por tropiezo o resbalones con partes de las máquinas, sobre todo al subir o bajar de las mismas, producidos por descuidos y distracciones o por los efectos de la fatiga. Para evitar resbalones es importante mantener las superficies de las máquinas limpias y libres de sudor (secándolo después del uso con una toalla), así como mantener unas condiciones ambientales que impidan la condensación de humedad sobre las mismas.
- Golpes con las diversas partes de la maquinaria. Para reducir los daños producidos por los mismos se debe procurar que las partes sobresalientes de las máquinas tengan bordes redondeados y acolchados en la medida de lo posible. También pueden producirse al utilizar barras de discos para ejercicios de musculación ya que, al retirar pesos de golpe de uno de los lados, la barra puede salir proyectada si no está bien sujeta y equilibrada.
- Aplastamientos por caída de objetos pesados en manipulación. En el caso de máquinas de discos o de peso libre, debido principalmente a un mal agarre durante la manipulación de los discos, al mal ajuste de los mismos o a una carga de la barra por encima de las capacidades físicas del usuario. Con objeto de evitar dichos riesgos es conveniente que las máquinas y aparatos estén diseñados de manera que, en caso de descuido o falta de fuerzas, el peso no caiga sobre el usuario. En este sentido, la utilización de máquinas de placas o multiestaciones de ejercicio es más segura que el empleo de aparatos de pesos libres.
- Sobreesfuerzos y lesiones musculares. Debidos a malos hábitos posturales en la realización de ejercicios, a un mal ajuste o regulación de los aparatos, así como a la sobrecarga de peso o a una intensidad excesiva de los programas de ejercicio. Para evitarlos es necesario conocer cuáles son las posturas correctas para la realización del ejercicio, regular adecuadamente las máquinas y aparatos según las características del usuario, así como ajustar los pesos, resistencias e intensidades de ejercicio a la capacidad y el estado físico del usuario.

### Productos químicos

En relación con los riesgos producidos por la manipulación y empleo de productos químicos, cabe destacar la necesidad de que los trabajadores reciban información y formación adecuada sobre los productos utilizados, los riesgos derivados de su manipulación y las medidas preventivas para evitarlos. Además, es necesario tener a disposición de los trabajadores y en las zonas donde se almacene o se realice la manipulación las fichas técnicas de seguridad de cada uno de los productos.

Las fichas de datos de seguridad deben ser proporcionadas por el fabricante o distribuidor del producto al usuario profesional y destinatario del mismo de manera que pueda tomar las medidas necesarias para la protección de la salud y la seguridad en el lugar del trabajo.

- Las fichas de datos de seguridad deben contener al menos los siguientes contenidos:
- Identificación de la sustancia y del responsable de su comercialización.
- Composición/información sobre los componentes.
- Identificación de los peligros.
- Primeros auxilios.

- Medidas de lucha contra incendios.
- Medidas que deben tomarse en caso de vertido accidental.
- Manipulación y almacenamiento.
- Controles de exposición/protección individual.
- Propiedades físico-químicas.
- Estabilidad y reactividad.
- Informaciones toxicológicas.
- Informaciones ecológicas.
- Consideraciones relativas a la eliminación.
- Informaciones relativas al transporte.
- Informaciones reglamentarias, y
- Otras informaciones.

Por lo que se refiere al envasado y etiquetado de los productos químicos la normativa establece en el Reglamento sobre Notificación de Sustancias Nuevas y Clasificación, Envasado y Etiquetado de Sustancias Peligrosas (RD 363/1995) los requisitos que deben de cumplirse para la comercialización de los mismos.

Con respecto al envase, en general, debe estar diseñado y fabricado de forma que no se produzcan pérdidas de contenido, con un sistema de cierre adecuado y con materiales suficientemente resistentes y que no interaccionen con el contenido. Los recipientes que contengan sustancias vendidas al público en general o puestas a disposición de éste, etiquetadas como «muy tóxicas», «tóxicas», «corrosivas», «nocivas», «extremadamente inflamables» o «fácilmente inflamables» deberán llevar una indicación de peligro detectable al tacto y, en el caso de las tres primeras, un cierre de seguridad para niños.

- Los envases de sustancias químicas peligrosas deberán estar correctamente etiquetados, figurando en la etiqueta la información referente a:
  - Nombre de la sustancia y nombre comercial o designación (y nombres de las sustancias que contienen) en el caso de preparados químicos.
  - Nombre, dirección y número de teléfono de la persona responsable de la comercialización de la sustancia o preparado, ya sea el fabricante, el importador o el distribuidor.
  - Símbolo o símbolos e indicación o indicaciones de peligro (nocivo, corrosivo, irritante, fácilmente inflamable...).
  - Frases que indiquen los riesgos específicos (frases R).
  - Frases que indiquen los consejos de prudencia (frases S).
  - Para las sustancias, el número CE y, además, cuando se trate de sustancias peligrosas para las que existe un sistema armonizado de clasificación y etiquetado (incluidas en el anexo I del RD 363/1995), la mención «etiqueta CE».
  - Para los preparados ofrecidos o vendidos al público en general, la cantidad nominal de contenido a menos que ésta se indique en otro punto del envase.



Las medidas específicas para prevenir los riesgos por agentes químicos quedan recogidas en el RD 374/2001 sobre la protección de la salud y seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con los agentes químicos durante el trabajo, que establece lo siguiente:

- Cuando no sea posible la sustitución del producto utilizado, el empresario garantizará la reducción del riesgo al mínimo mediante medidas de prevención y protección coherentes con la evaluación del riesgo. Dichas medidas incluirán, por orden de prioridad:
  - La concepción y la utilización de procedimientos de trabajo, controles técnicos, equipos y materiales que permitan, aislando al agente en la medida de lo posible, evitar o reducir al mínimo cualquier escape o difusión al ambiente o cualquier contacto directo con el trabajador que pueda suponer un peligro para la salud y seguridad de éste.
  - Medidas de ventilación u otras medidas de protección colectiva, aplicadas preferentemente en el origen del riesgo, y medidas adecuadas de organización del trabajo.
  - Medidas de protección individual, acordes con lo dispuesto en la normativa sobre utilización de equipos de protección individual, cuando las medidas anteriores sean insuficientes y la exposición o contacto con el agente no pueda evitarse por otros medios.
- El empresario deberá adoptar, en particular, las medidas técnicas y organizativas necesarias para proteger a los trabajadores frente a los riesgos derivados, en su caso, de la presencia en el lugar de trabajo de agentes que puedan dar lugar a incendios, explosiones u otras reacciones químicas peligrosas debido a su carácter inflamable, a su inestabilidad química...

mica, a su reactividad frente a otras sustancias presentes en el lugar de trabajo, o a cualquier otra de sus propiedades fisicoquímicas.

Dichas medidas deberán ser adecuadas a la naturaleza y condiciones de la operación (incluidos el almacenamiento, la manipulación y el transporte de los agentes químicos en el lugar de trabajo y, en su caso, la separación de los agentes químicos incompatibles). En particular, el empresario adoptará, por orden de prioridad, medidas para:

- Impedir la presencia en el lugar de trabajo de concentraciones peligrosas de sustancias inflamables o de cantidades peligrosas de sustancias químicamente inestables o incompatibles con otras también presentes en el lugar de trabajo (cuando la naturaleza del trabajo lo permita).
- Cuando la naturaleza del trabajo no permita la adopción de la medida anterior, evitar las fuentes de ignición que pudieran producir incendios o explosiones o condiciones adversas que pudieran activar la descomposición de sustancias químicamente inestables o mezclas de sustancias químicamente incompatibles.
- Paliar los efectos nocivos para la salud y la seguridad de los trabajadores originados en caso de incendio, explosión u otra reacción exotérmica peligrosa.

En la práctica, es importante establecer procedimientos para asegurarse de que los trabajadores que manipulen o puedan tener contacto con productos químicos conozcan el significado de las etiquetas de los productos y de los símbolos e indicaciones de peligro (Xi (Irritante), Xn (Nocivo), T (Tóxico)...). En cuanto al manejo, los productos químicos deben guardarse en su envase original, no deben dejarse los envases abiertos, se deben almacenar según las normas determinadas en la etiqueta y seguir correctamente las instrucciones de uso indicadas. En caso de vertido accidental, se debe de recoger el producto rápidamente con medios apropiados para ello. En caso de salpicadura en los ojos, en general conviene lavar con abundante agua durante 15 minutos y en caso de contacto con la piel se debe quitar la ropa impregnada y lavar la zona con abundante agua. Si se produjese inhalación accidental hay que retirarse de la atmósfera contaminada y mantenerse en reposo, así como si es preciso realizar respiración artificial.

Cuando sea necesario, utilizar equipos de protección individual, estos deberán ofrecer una protección eficaz frente al riesgo específico de los productos utilizados y ser adecuados tanto a las características del trabajador como a las condiciones en las que se realiza el trabajo. Además, los EPI deberán estar limpios y en buen estado, revisándose adecuadamente antes y después de su uso para comprobar que no presentan roturas, desperfectos o restos de productos químicos en los mismos. Además deberán guardarse adecuadamente después de su utilización. Por lo que respecta a los usuarios de los EPI, deberán de conocer la manera de utilización y conservación de los mismos, así como los riesgos frente a los que protegen.

A continuación se recogen las características de algunas sustancias químicas utilizadas para la desinfección y depuración del agua en instalaciones acuáticas:

## PRODUCTOS DESINFECTANTES:

### Cloro

El cloro es un gas de color amarillo verdoso, de olor sofocante e irritante. Disuelto en agua da lugar a ácido clorhídrico, mediante el siguiente equilibrio:



El cloro es un gas irritante de las mucosas y del aparato respiratorio que puede producir hiperreactividad bronquial en individuos susceptibles. El primer síntoma de exposición es la irritación de las mucosas oculares, de la nariz y de la garganta, que va en aumento hasta producir un dolor agudo. Esta irritación afecta también a las vías respiratorias inferiores, produciendo una tos refleja que puede provocar el vómito y en casos extremos edema pulmonar. Las personas expuestas durante largos periodos de tiempo a bajas concentraciones de cloro pueden presentar una erupción que se conoce con el nombre de cloracné.

La exposición a concentraciones de cloro de 45 mg/m<sup>3</sup> provoca irritación de las membranas mucosas del ojo y de la nariz y, especialmente, de la garganta y los pulmones. Concentraciones de 150 mg/m<sup>3</sup> o más son muy peligrosas incluso en exposiciones de corta duración. Las exposiciones agudas a altas concentraciones pueden provocar inflamación en los pulmones con acumulación de líquido. Dichos síntomas pueden manifestarse de forma retardada hasta dos días después de la exposición al gas. El edema pulmonar se desarrolla más rápidamente en las personas que se hallaban realizando un trabajo más fuerte. El contacto del cloro con la piel también produce quemaduras. El nivel más bajo al que se detectan sus efectos (NOEL) se asocia habitualmente a su umbral olfativo (< 0.3 mg/m<sup>3</sup>).

En los casos en que se utiliza cloro conducido en forma de gas desde recipientes en los que se halla licuado y a presión a través de tuberías hasta el agua se pueden producir accidentes por escape de cloro gaseoso. No obstante, el uso del cloro gas para desinfección del agua es cada vez menos empleado y ya no se instala en piscinas de nueva construcción.

También puede generarse cloro gas "in situ" por reacción entre una sal de ácido débil y un ácido fuerte; por ejemplo hipoclorito sódico y ácido clorhídrico, que es otro de los procedimientos empleados para mantener cloro libre en el agua del vaso de la piscina, evitando la manipulación de recipientes conteniendo cloro.

El cloro, en función del pH, se combina con las sustancias orgánicas formando las cloraminas (cloro combinado o compuesto) que tienen el poder desinfectante mucho menor que el cloro libre activo. El cloro combinado o las cloraminas son las verdaderas causas del prurito conjuntival y del molesto olor que tienen a veces las piscinas.

El cloro (CAS: 7782-50-5) está clasificado (Ver Anexo 1 del Real Decreto 363/1995. Reglamento sobre notificación de sustancias nuevas y clasificación envasado y etiquetado de sustancias peligrosas) como: T (tóxico), con las frases de riesgo R23 (tóxico por inhalación), Xi (irritante), R36 (irrita los ojos), R37 (irrita las vías respiratorias), R38 (irrita la piel), N (peligroso para el medio ambiente), R50 (muy tóxico para los organismos acuáticos).

Las frases de seguridad asignadas son: S1/2 (consérvese bajo llave y manténgase fuera del al-



cance de los niños); S9 (consérvese el recipiente en lugar bien ventilado), S45 (en caso de accidente o malestar, acúdase inmediatamente al médico, (sí es posible muéstrela la etiqueta)). S61 (evítese su liberación al medio ambiente. Recábense instrucciones específicas de la ficha de datos de seguridad).

Su valor límite de exposición profesional de corta duración, según INSHT (2007), es VLA-EC 0,5ppm.

En piscinas de ciertas dimensiones es habitual controlar la dosificación de cloro mediante una sonda de cloro libre y un electrodo de pH que determinan los niveles de concentración en la piscina. Las medidas obtenidas de concentración de cloro libre y pH son analizadas por un controlador en el que se habrán establecido previamente los valores óptimos de cloro libre y pH, de manera que actúe sobre unas bombas dosificadoras proporcionando la cantidad exacta necesaria para conseguir los valores adecuados del agua en un tiempo de respuesta muy corto. De esta forma, la dosificación de cloro y ácido para controlar el pH se controla y realiza de manera automática, reduciéndose la manipulación al cambio los bidones cuando se acaba el producto.

#### Hipoclorito sódico

Es una solución acuosa de color amarillo suave, con olor clásico a lejía y tacto jabonoso. Reacciona con el agua de la siguiente forma:

#### Hipoclorito sódico + agua = ácido hipocloroso + hidróxido sódico

Es un producto irritante de ojos, piel y tracto respiratorio; el contacto prolongado o repetido puede producir sensibilización de la piel.

Su uso regular aumenta el pH del agua y se descompone con el calor, lo que debe tenerse en cuenta porque aumenta su consumo.

Esta sustancia (CAS 7681-52-9) está incluida en el RD 363/1995 y está clasificada según su nivel de concentración:

- Si su concentración es a 10% el producto es: C (corrosivo), R34 (provoca quemaduras), R31 (en contacto con los ácidos libera gases tóxicos).
- A concentraciones comprendidas entre 5% y 10% está clasificado como: Xi (irritante), R31 (en contacto con los ácidos libera gases tóxicos), R36/38 (irrita los ojos y la piel).

Las frases de seguridad asignadas son: S1/2 (consérvese bajo llave/manténgase fuera del alcance de los niños), S28 (en caso de contacto con la piel, lávese inmediata y abundantemente con agua y detergentes neutros), S45 (en caso de accidente o malestar, acúdase inmediatamente al médico ((sí es posible, muéstrela la etiqueta)), S50 (no mezclar con ácidos).

No tiene asignado valor LEP.

El hipoclorito de sodio es efectivo contra las bacterias, virus y hongos, desinfectando de la misma manera que lo hace el cloro.



#### Hipoclorito cálcico

Es un producto sólido blanco en forma de gránulos y pastillas, con olor a cloro. En el agua reacciona de la siguiente forma:

Hipoclorito cálcico + agua = ácido hipocloroso + hidróxido cálcico

Es un producto muy corrosivo y puede provocar quemaduras.

Su uso regular aumenta la dureza y el pH; es muy estable y si se almacena correctamente se asegura su estabilidad hasta dos años.

Esta sustancia (CAS 7778-54-3) está incluida en el RD 363/1995 y está clasificada según su nivel de concentración:

- A concentraciones >25%: C (corrosivo). R8 (peligro de fuego en contacto con materiales combustibles), R22 (nocivo por ingestión), R31 (en contacto con los ácidos libera gases tóxicos), R34 (provoca quemaduras) y R50 (muy tóxico para los organismos acuáticos).
- A concentraciones comprendidas entre 10% y 25%: C (corrosivo) R34 (provoca quemaduras).
- A concentraciones comprendidas entre 3% y 10%. Xi (irritante) R37/38 (irrita las vías respiratorias y la piel), R41 (riesgo de lesiones oculares graves) y a las comprendidas entre 0,5% C<3%: Xi (irritante) R36 (irrita los ojos).

Las frases de seguridad asignadas son: S1/2 (consérvese bajo llave y manténgase fuera del alcance de los niños), S26 (en caso de contacto con los ojos, lávese inmediata y abundantemente con agua y acúdase a un médico), S36/37/39 (útese indumentaria protectora adecuada, guan-

tes adecuados y protección para los ojos/la cara), S45 (en caso de accidente o malestar, acúdase inmediatamente al médico (sí es posible, muéstrole la etiqueta)) y S61 (evítese su liberación al medio ambiente. Recábense instrucciones específicas de la ficha de datos de seguridad).

No tiene asignado valor LEP.

#### **Dicloroisocianurato sódico (trocloso sódico)**

Es un producto en forma de gránulos blancos con olor a cloro; en el agua reacciona de la siguiente forma:

#### **Dicloroisocianurato sódico + agua = ácido hipocloroso + ácido isocianúrico**

Es un producto irritante en contacto con los ojos y las vías respiratorias.

Su uso continuado modifica poco el pH. Si se almacena correctamente, se asegura una estabilidad mínima de dos años.

Esta sustancia (CAS 2893-78-9) está incluida en el RD 363/1995 clasificada como O (comburente), Xn (nociva), Xi (irritante) y N (peligrosa para el medio ambiente). Las frases R asignadas son: R8 (peligro de fuego en contacto con materias combustibles), R22 (nocivo por ingestión), R31 (en contacto con los ácidos libera gases tóxicos), R36/37 (irrita los ojos y las vías respiratorias) y R50/53 (muy tóxico para los organismos acuáticos y puede provocar a largo plazo efectos negativos en el medio ambiente acuático).

Disuelto en agua a concentraciones a 10% se clasifica como Xn (nocivo), R22 (nocivo por ingestión), R31 (en contacto con los ácidos libera gases tóxicos), R36/37 (irrita los ojos y las vías respiratorias).

Las frases de seguridad asignadas son: S8 (manténgase el recipiente en lugar seco), S26 (en caso de contacto con los ojos, lávese inmediata y abundantemente con agua y acúdase a un médico), S41 (en caso de incendio y/o explosión, no respire los humos), S60 (elimínese el producto y su recipiente como residuos peligrosos) y S61 (evítese su liberación al medio ambiente. Recábense instrucciones específicas de la ficha de datos de seguridad).

No tiene asignado valor LEP.

#### **Acido tricloroisocianúrico (sincloso sódico)**

Se presenta en polvo, granulado y en pastillas blancas con olor a cloro. Reacciona con el agua de la siguiente forma:

#### **Ácido tricloroisocianúrico + agua = ácido hipocloroso + ácido isocianúrico**

Es un producto irritante en contacto con los ojos y las vías respiratorias

Su uso continuado apenas modifica el pH. Almacenado en lugar fresco y sin humedad en el envase se asegura una estabilidad mínima de dos años. Su concentración no debe superar los 75 mg/l de isocianuro.

Esta sustancia (CAS 87-90-1) esta incluida en el RD 363/1995. Esta clasificada como: O (comburente) y Xn (nociva). Las frases de riesgo asignadas son: R8 (peligro de fuego en contacto con materias combustibles), R22 (nocivo por ingestión), R31 (en contacto con los ácidos libera gases tóxicos), R36/37 (irrita los ojos y las vías respiratorias) y R50/53 (muy tóxico para los organismos acuáticos y puede provocar a largo plazo efectos negativos en el medio ambiente acuático).

Las frases de seguridad asignadas son: S8 (manténgase el recipiente en lugar seco), S26 (en caso de contacto con los ojos, lávese inmediata y abundantemente con agua y acúdase a un médico), S41 (en caso de incendio y/o de explosión, no respire los humos), S60 (elimínese el producto y su recipiente como residuos peligrosos) y S61 (evítese su liberación al medio ambiente. Recábense instrucciones específicas de la ficha de datos de seguridad).

No tiene asignado valor LEP.

#### **Clorhidrato de polihexametileno biguanida**

Es un líquido inodoro; su acción bactericida se basa en la aglutinación de las proteínas solubles de las bacterias. Su poder bactericida no depende del pH del agua y su uso regular tampoco lo modifica. De cara a su utilización, debe tenerse en cuenta que es compatible con peróxido de hidrógeno, simazina, compuestos de sales de aluminio, ácidos, álcalis, bicarbonato sódico y cloruro cálcico. Es incompatible con cloro y sus derivados (importante), algunos compuestos de amonio cuaternario, sales de cobre, secuestradores de la cal, persulfato sódico y bromo.

Esta sustancia (CAS 32289-58-8) no está incluida en el RD 363/1995 y de la misma no se hallan descritas características de peligrosidad relevantes.

No tiene asignado valor LEP.

#### **Ozono**

El ozono (oxígeno triatómico) es un gas desinfectante muy activo, que actúa por oxidación. Es muy inestable a temperatura ambiente y tiene un olor penetrante característico. Es muy irritante de las vías respiratorias con importantes efectos secundarios a la irritación. Es irritante de los ojos y el tracto respiratorio y su inhalación puede originar edema pulmonar y reacciones asmáticas. Puede causar efectos en el sistema nervioso central, dando lugar a dolor de cabeza y disminución de la consciencia. La exposición repetida puede provocar hiperreactividad bronquial.

Se genera "in situ" con un generador eléctrico que transforma parte del oxígeno en ozono y proporciona aproximadamente 20 g de ozono/m<sup>3</sup> de aire.

La dosis mínima para su actividad desinfectante es 0,4 mg de ozono/l de agua con un contacto mínimo de 4 minutos. El agua que llena el vaso no puede contener ozono, por lo que después del tratamiento se ha de proceder necesariamente a una desozonización, mediante una filtración con carbón activo o por desgasificación con un dispositivo específico. Para que el agua del vaso tenga poder desinfectante residual, es necesario una desinfección complementaria con otro desinfectante autorizado.

Esta sustancia (CAS 10028-15-6) no está incluida en el Real Decreto 363/1995. Por sus características de peligrosidad, se clasifica como O (comburente), Xi (irritante) y N (peligrosa para el medio ambiente). Las frases de riesgo asociadas son: R4 (forma compuestos metálicos explosivos muy sensibles), R9 (peligro de explosión al mezclar con materias combustibles), R26 (muy tóxico por inhalación), R33 (peligro de efectos acumulativos), R37 (irrita las vías respiratorias), R50 (muy tóxico para los organismos acuáticos), R54 (tóxico para la flora), R55 (tóxico para la fauna), R56 (tóxico para los organismos del suelo), R57 (tóxico para las abejas) y R68 (posibilidad de

efectos irreversibles). En algunas fichas de seguridad se incluye la frase R49 (puede causar cáncer por inhalación), aunque no está clasificado como tal en la UE.

Las frases de seguridad son: S2 (manténgase fuera del alcance de los niños), S4 (manténgase lejos de locales habitados), S17 (manténgase lejos de materiales combustibles), S21 (no fumar durante su utilización), S23 (no respirar el gas), S36 (úsese indumentaria protectora adecuada), S38 (en caso de ventilación insuficiente, úsese equipo respiratorio adecuado), S51 (úsese únicamente en lugares bien ventilados) y S57 (utilícese un envase de seguridad adecuado para evitar la contaminación del medio ambiente).

Los valores LEP del ozono son VLA-ED y su asignación está en función de la actividad desarrollada: trabajo pesado: 0,05 ppm; trabajo moderado: 0,08 ppm; trabajo ligero: 0,1 ppm; y para cualquier tipo de trabajo, exposiciones  $\leq 2$  horas, 0,2 ppm.

#### **Bromo-cloro-dimetilhidantoína**

Se presenta en pastillas de color blanco, añadiéndose al agua con dosificador, regulando el caudal con el fin de obtener el bromo residual deseado. Los valores recomendados son 1-3 ppm, expresados en concentración de bromo.

Con el agua se forma ácido hipobromoso que es el producto que actúa como desinfectante, oxida la materia orgánica y destruye microorganismos y algas.

Es un producto nocivo por vía inhalatoria y su contacto puede provocar quemaduras

Esta sustancia (CAS 126-06-7) no está incluida en el RD 363/1995. Por sus características de peligrosidad se clasifica como O (comburente) y Xi (irritante). Las frases de riesgo asignadas serían: R8 (peligro de fuego en contacto con materiales combustibles), R20/21/ 22 (nocivo por inhalación, en contacto con la piel y por ingestión) y R34 (provoca quemaduras).

Las frases de seguridad son: S17 (manténgase lejos de materiales combustibles), S26 (en caso de contacto con los ojos, lávense inmediata y abundantemente con agua, acudir inmediatamente al médico), S27 (quítese inmediatamente la ropa manchada o salpicada), S36/37/39 (úsese indumentaria protectora adecuada, guantes adecuados y protección para los ojos/la cara) y S45 (en caso de accidente o malestar, acúdase inmediatamente al médico, sí es posible muéstrela la etiqueta).

No tiene asignados valores LEP.

#### **Plata coloidal**

Se emplea como una suspensión en agua oxigenada entre 200 y 840 mg/l. Es un gran germicida, que con el agua oxigenada destruye la materia orgánica. Tiene muy buena estabilidad si se mantiene sin exposición a la luz solar. La dosis activa se calcula del orden de 0,05 ppm de concentración expresada en plata. Debe evitarse el contacto con la piel, aunque una vez diluido no presenta problemas.

Esta sustancia (CAS 9015-51-4) no está incluida en el RD 363/1995. Por sus características de peligrosidad se clasifica como Xn (nociva). Las frases de riesgo asociables son: R20-21-22 (nocivo por inhalación, contacto por la piel o ingestión).

Las frases de seguridad son: S28 (en caso de contacto con la piel, lávese inmediata y abundantemente con productos a especificar por el fabricante), S36 (úsese indumentaria protectora adecuada) y S45 (en caso de accidente o malestar, acúdase inmediatamente al médico, sí es posible, muéstrela la etiqueta).

El valor LEP de la plata es VLA-ED: 0,1 mg/m<sup>3</sup> para el metal y 0,01 mg/m<sup>3</sup> para los compuestos solubles.

#### **Plata y cobre electrolíticos**

El agua se hace circular a través de una unidad ionizadora en la cual hay un número determinado de electrodos de cobre y plata. Los dos metales son liberados en el agua en forma de iones que poseen propiedades floculantes y desinfectantes. Los iones de cobre fijan las partículas en suspensión y forman flóculos que son retenidos por el filtro. Los iones de plata tienen poder desinfectante y germicida y eliminan las bacterias.

Estas sustancias (plata CAS 7440-22-4; cobre CAS 10380-28-6) no están incluidas en el RD 363/1995 y de las condiciones de uso de las mismas no se hallan descritos efectos adversos para la salud.

El cobre tiene asignado un valor LEP VLA-ED de 1 mg/m<sup>3</sup> para polvo y nieblas.

#### **Radiación ultravioleta**

La radiación ultravioleta penetra en las células de los microorganismos, provocando daños en el DNA y RNA e impidiendo su reproducción, por lo que se puede utilizar como desinfectante. Los gérmenes patógenos son inactivados a longitudes de onda de 245 a 285 nm.

El tratamiento de agua por radiación ultravioleta (U.V.) es un procedimiento físico, que no altera la composición química, ni añade productos químicos, ni sabor ni olor al agua. Elimina y evita la proliferación de gérmenes y bacterias en el agua, no modifica el PH del agua y no favorece la corrosión. Sin embargo, no produce desinfección residual, por lo que es necesario un tratamiento complementario suave con otro desinfectante.

#### **Peróxido de hidrógeno (desinfección con O<sub>2</sub> activo)**

La desinfección del agua de la piscina con peróxido de hidrógeno es un sistema novedoso, que no es agresivo para la piel, aunque presenta un coste superior. El peróxido de hidrogeno es un liquido incoloro, corrosivo para los ojos, la piel y el tracto respiratorio. La inhalación a altas concentraciones del vapor o la niebla puede provocar edema pulmonar, pudiendo los efectos aparecer de forma no inmediata, recomendándose vigilancia posterior en caso de exposición.

Esta sustancia (CAS 7722-84-1) está incluida en el RD 363/1995. Esta clasificada según sus niveles de concentración como:

- A concentraciones >20%: C (corrosivo) R34 (provoca quemaduras), R8 (peligro de fuego en contacto con materias combustibles)
- A concentraciones comprendidas entre 5% y 20%. Xi (irritante). R36/38 (irrita los ojos y la piel).
- Las frases de seguridad asignadas son: S1/2 (consérvese bajo llave y manténgase fuera

del alcance de los niños), S3 (consérvese en lugar fresco), S28 (en caso de contacto con la piel, lávese inmediata y abundantemente con agua), S36/39 (úsese indumentaria y protección para los ojos /la cara), S45 (en caso de accidente o malestar, acúdase inmediatamente al médico, (sí es posible muéstrela la etiqueta))

El valor LEP VLA-ED es de 1 ppm.

#### **Persulfato (peroxidisulfato) sódico (desinfección con O2 activo)**

Es un polvo blanco, cristalino, soluble en agua. Es peligroso por ingestión y muy irritante para los tejidos. El contacto prolongado con la piel puede producir dermatitis y sensibilización. Puede causar reacción general de tipo alérgica, como urticaria o shock anafiláctico. La inhalación del polvo puede originar reacciones asmáticas. Se utiliza como agente blanqueante y polimeriza por emulsión. Se añade al vaso de la piscina directamente; el oxígeno que libera el persulfato sódico al disolverse en el agua es el que actúa como oxidante de la materia orgánica.

Esta sustancia (CAS 7775-27-1) no está incluida en el RD 363/1995. Sus características de peligrosidad la clasifican como O (comburente) y Xi (irritante). Las frases de riesgo son: R8 (peligro de fuego en contacto con materiales combustibles), R22 (nocivo por ingestión), R36/37/38 (irrita los ojos, las vías respiratorias y la piel) y R42/43 (posibilidad de sensibilización por inhalación y en contacto con la piel).

Las frases de seguridad asignadas son: S16 (protéjase de fuentes de ignición), S17 (manténgase lejos de materiales combustibles), S22 (no respirar el polvo), S26 (en caso de contacto con los ojos, lávese inmediata y abundantemente con agua y acúdase a un médico), S36/37 (úsese indumentaria protectora adecuada y guantes adecuados).

El valor LEP VLA-ED es de 0,1 mg/m<sup>3</sup>.

#### **PRODUCTOS FLOCULANTES:**

Con objeto de eliminar la turbidez del agua agrupando las partículas coloidales que están en suspensión y favoreciendo su decantación en un filtro o en el fondo de las piscinas en forma de flóculos se utilizan compuestos químicos denominados floculantes. La floculación solamente es posible en el margen de pH entre 7 y 7,4 y se aplica solamente en las piscinas con filtro de arena. Los productos más utilizados son el sulfato de aluminio y el polihidroxidocloruro de aluminio.

#### **Sulfato de aluminio**

Se presenta en cristales, polvo o solución acuosa. Para que se forme el flóculo (hidróxido de aluminio) es necesaria una cierta alcalinidad en el agua. Es muy estable en cualquier forma de almacenamiento. Para dosificarlo es necesario seguir las instrucciones del fabricante. Las soluciones floculantes se aplican en dosis de 5 a 20 g/m<sup>3</sup>.

La sustancia se puede absorber por inhalación y por ingestión, es un irritante de los ojos, la piel y el tracto respiratorio y es corrosiva por ingestión.

Se descompone al calentarla intensamente o al arder, produciendo humos tóxicos y corrosivos, incluyendo óxidos de azufre.

Esta sustancia (CAS 10043-01-3) no está incluida en el RD 363/1995. Su clasificación, en función de sus características de peligrosidad, es: Xi (irritante), con las frases de riesgo R36/37/38 (irrita los ojos, las vías respiratorias y la piel).

Las frases de seguridad son: S26 (en caso de contacto con los ojos, lávese inmediata y abundantemente con agua y acúdase a un médico), S36 (úsese indumentaria protectora adecuada).

Tiene un valor LEP VLA-ED de 2 mg/m<sup>3</sup>, como sal soluble de aluminio.

#### **Polihidroxidocloruro de aluminio**

Se utiliza en soluciones estabilizadas y tiene la propiedad de que forma siempre el flóculo independientemente del pH de agua. Tiene una buena actividad cuando se aplica en dosis de 0,5 a 2 g/m<sup>3</sup>

La sustancia se puede absorber por ingestión, y es muy astringente.

Esta sustancia CAS (1327-41-9) no está incluida en el RD 363/1995 y no tiene descritas características de peligrosidad importantes.

#### **PRODUCTOS ALGUCIDAS:**

Por último, como productos para el tratamiento del agua tenemos los alguicidas utilizados para destruir las algas microscópicas que pueden crecer en las aguas y favorecer a su vez el crecimiento de microorganismos como las bacterias y los hongos. Los alguicidas se utilizan en casi la totalidad de las piscinas, siendo los más empleados el sulfato de cobre y el cloruro de benzalconio.

#### **Sulfato de cobre**

Es un polvo fino, soluble en agua y estable durante su almacenaje. Se utiliza como fungicida, en agricultura, como aditivo para tierras, pesticida, germicida, preservativo de la madera, y como agente deshidratante. Es muy tóxico por ingestión.

Esta sustancia (CAS 7758-98-7) está incluida en el RD 363/1995. Está clasificada como Xn (nociva) y N (peligrosa para el medio ambiente). Las frases de riesgo asignadas son: R22 (nocivo por ingestión), R36/38 (irrita los ojos y la piel) y R50/53 (muy tóxico para los organismos acuáticos, puede provocar a largo plazo efectos negativos en el medio ambiente acuático)

Las frases S son: S22 (no respirar el polvo), S60 (elimínese el producto y su recipiente como residuos peligrosos) y S61 (evítese su liberación al medio ambiente. Recábense instrucciones específicas de la ficha de datos de seguridad).

No tiene asignado valor LEP.

#### **Cloruro de benzalconio**

Es una sal de amonio cuaternario. En solución (< 0,1%), es un líquido incoloro sin ningún olor apreciable, no inflamable. Este producto es un irritante de ojos, piel y aparato digestivo y cuando se utiliza deben llevarse las protecciones adecuadas (guantes, gafas, etc.). Se utiliza como conservador de aguas.

Esta sustancia (CAS 8001-54-5) no está incluida en el RD 363/1995. Por sus características de peligrosidad se clasifica como Xn (nociva), con las frases de riesgo: R21/22 (nocivo en contacto con la piel y por ingestión), R34 (provoca quemaduras) y R50 (muy tóxico para los organismos acuáticos).

Las frases de seguridad son: S26 (en caso de contacto con los ojos, lávese inmediata y abundantemente con agua y acúdase a un médico), S36/37/39 (útese indumentaria protectora adecuada, guantes adecuados y protección para los ojos/la cara), S45 (en caso de accidente o malestar, acúdase inmediatamente al médico, (sí es posible muéstrele la etiqueta)) y S61 (evítese su liberación al medio ambiente. Recábense instrucciones específicas de la ficha de datos de seguridad).

No tiene asignado valor LEP.

## PUESTOS DE TRABAJO

### MONITOR DE ACTIVIDADES

Hoy en día, existe una amplia gama de actividades relacionadas con la actividad física y la salud impartidas por los diferentes monitores. Si bien, determinadas actividades presentan características propias que marcan diferencias en cuanto a las características del trabajo realizado por los monitores dedicados a las mismas, en general, existen aspectos comunes a los diferentes tipos de monitores que permiten analizar las condiciones de trabajo y los riesgos más frecuentes derivados de las mismas.

#### Descripción del puesto:

La actividad del monitor de actividades en instalaciones dedicadas a la actividad física y la salud se basa en las siguientes funciones:

- Enseñanza de las diferentes disciplinas y actividades físicas y de salud.
- Orientar, dirigir, asesorar, instruir y supervisar la práctica y realización de los diferentes tipos de ejercicios por parte de los clientes y usuarios de las instalaciones.
- Organizar, preparar, impartir y dirigir clases colectivas (aerobic, ciclo indoor, pilates, bailes, etc...)

La gama de actividades puede ser muy amplia incluyendo actividades de carácter puramente físico y deportivo con otras actividades y terapias relacionadas con el ocio, el bienestar físico y mental o el baile.

Además del conocimiento de las diferentes técnicas y disciplinas en las que desarrollen su actividad, el trabajo de monitor tiene un componente importante de atención al público y trato personalizado al cliente, por lo que cada vez son más importantes las habilidades sociales dentro del perfil del monitor de actividades. Su trabajo no consiste simplemente en impartir una clase y transmitir unos conocimientos o corregir malos hábitos de ejercicio, sino que también tiene un componente importante de motivación, dinamización y atención a las demandas personalizadas de cada cliente adaptando las actividades a sus necesidades particulares. Esto, en ocasiones puede suponer un alto grado de implicación personal y una carga mental importante que si no se ve reforzada positivamente puede derivar en desmotivación del propio monitor y en una deficiente realización de su trabajo.

Por otro lado, la aparición de nuevas tendencias, disciplinas y modalidades de ejercicio obligan a una actualización y a un reciclaje profesional continuo para ofrecer actividades novedosas y atractivas a los clientes y usuarios.

#### Lugares de trabajo:

En general la actividad de los monitores se lleva a cabo en las siguientes zonas de las instalaciones:

- Instalaciones generales del gimnasio o club deportivo (zonas de paso, vestuarios, etc)

- Salas de ejercicio con aparatos y maquinaria (sala cardiovascular, sala de musculación, sala de ciclo indoor...)
- Aulas de clases colectivas (aerobic, step, pilates, bailes...).

#### Maquinaria, Equipos y elementos de trabajo:

- Vestimenta y calzado deportivos adecuados a la actividad a realizar.
- Maquinaria de ejercicio y musculación (bancos de ejercicio, aparatos y máquinas de musculación (ya sean de pesos libres o estaciones y multiestaciones de ejercicio, cintas de correr, remos, etc...).
- Pesas, mancuernas, balones medicinales, "steps" y otros aparatos de ejercicio y musculación.
- Rodilleras, tobilleras, guantes y otros elementos de protección.
- Micrófonos inalámbricos con sujeción a la cabeza.

Es muy importante conocer el modo de utilización de cada uno de los aparatos, equipos y maquinaria utilizada, así como revisar que todos sus elementos se encuentren en buen estado antes y después de su utilización.

#### Equipos de protección:

Los distintos complementos de protección de carácter deportivo que puede utilizar el monitor de gimnasio o actividad física tales como rodilleras, tobilleras o muñequeras no son considerados Equipos de Protección Individual según la normativa de prevención de riesgos laborales.

#### Riesgos asociados al puesto:

Los principales riesgos a los que se pueden ver expuestos los monitores de las diversas actividades son los siguientes:

- Caídas al mismo nivel
- Caída de objetos en manipulación
- Golpes contra objetos inmóviles
- Atrapamientos por o entre objetos
- Ruido
- Afecciones laríngeas y faríngeas
- Fatiga física
- Lesiones derivadas de la actividad deportiva
- Carga mental

A continuación se detallan las causas que pueden ser origen de estos riesgos así como las medidas que se pueden poner en práctica para eliminarlos o minimizarlos.

## CAÍDAS AL MISMO NIVEL

### Causas

- Mala colocación de aparatos y utensilios de ejercicio, por falta de separación entre los mismos o por partes de los mismos invadiendo zonas de paso, así como presencia de aparatos dejados por el suelo en medio de zonas de tránsito.
- Distracciones y descuidos producidos al atender al público y al realizar varias tareas a la vez.
- Presencia de líquidos derramados (bebidas, sudor...) y condensación de humedad en superficies resbaladizas, sobretodo debido a una ventilación deficiente unida a la realización de ejercicio físico por un número más o menos grande de personas con la transpiración que esto conlleva.
- Falta de coordinación con otros usuarios o clientes a la hora de transitar o realizar los ejercicios.

### Medidas para prevenirlo

- Cuidar que la distribución de aparatos de ejercicio sea ordenada dejando superficies de tránsito adecuadas.
- Vigilar que las superficies de tránsito estén libres de objetos y que los utensilios de ejercicio se recogen adecuadamente después de su uso.
- Dotar las instalaciones de suelos antideslizantes.
- Limpiar rápidamente los posibles derrames de líquidos que puedan producirse.
- Mantener unas condiciones de humedad, temperatura y ventilación adecuadas para impedir la condensación de humedad sobre los suelos o las superficies de los aparatos de ejercicio.

## CAÍDA DE OBJETOS EN MANIPULACIÓN

### Causas

- Falta de conocimiento o experiencia en la utilización de los diferentes tipos de aparatos de ejercicio y musculación (pesas, etc).
- Distracciones y descuidos en la realización de los ejercicios o en la manipulación de objetos pesados como discos, barras, mancuernas, etc.
- Mal estado de los utensilios y aparatos de ejercicio utilizados.
- Elevado ritmo de trabajo

### Medidas para prevenirlo

- Informar a los usuarios de la manera correcta de utilización y manejo de los aparatos y utensilios de gimnasia, en particular en lo relativo al ajuste y fijación de los distintos componentes, discos, etc...
- Utilizar medios adecuados para el transporte, manipulación y almacenaje de pesas, discos y otros elementos de ejercicio.
- Realizar revisiones periódicas del buen estado de los aparatos y utensilios de ejercicio y llevar a cabo un correcto mantenimiento de los mismos.
- Prestar la debida atención y cuidado cuando se transporten y manipulen barras, discos y otros elementos pesados.

## GOLPES CONTRA OBJETOS INMÓVILES

### Causas

- Distracciones y descuidos al transitar por las salas de aparatos o al acceder o bajar de los mismos.
- Mala organización y distribución de los aparatos en las salas de ejercicio.
- Dimensiones insuficientes de los pasillos de tránsito.
- Elevado ritmo de trabajo.

### Medidas para prevenirlo

- Distribuir adecuadamente los aparatos y maquinaria de ejercicio, dejando espacio suficiente para el tránsito en los pasillos destinados a ello (al menos 1 metro).
- Tener cuidado y mantener la atención al transitar entre la maquinaria de ejercicio, así como al acceder o bajar de la misma.

## ATRAPAMIENTOS POR O ENTRE OBJETOS

### Causas

- Desconocimiento del modo correcto de utilización, ajuste y funcionamiento de los distintos aparatos y maquinaria de ejercicio.
- Distracciones y descuidos en la utilización y manipulación de los diferentes aparatos, o al ayudar a los clientes en su utilización.
- Mal estado o mala colocación de los aparatos y maquinaria de ejercicio o de los componentes de los mismos, así como un ajuste inapropiado para las características del usuario.

### Medidas para prevenirlo

- Informar a usuarios y trabajadores de la forma correcta de utilización de los distintos tipos de aparatos y sus diferentes elementos.
- Tener cuidado y mantener la debida atención en la preparación y utilización de los diferentes aparatos y maquinaria de ejercicio, así como al asistir a los clientes en la realización del ejercicio con máquinas.
- Realizar revisiones periódicas y llevar a cabo un correcto mantenimiento de los aparatos y utensilios de ejercicio.

## RUIDO

### Causas

- Elevado volumen de la música utilizada para el acompañamiento del ejercicio.
- Realización de clases con apoyo musical durante gran parte de la jornada y de forma continuada.

### Medidas para prevenirlo

- Cuidar que el volumen de la música no sea demasiado elevado.
- Intercalar periodos de descanso en zonas con bajo nivel de ruido ambiente.
- Disminuir o apagar la música entre clase y clase.



## AFECCIONES LARÍNGEAS Y FARÍNGEAS

### Causas

- Necesidad de forzar y alzar la voz sobre la música o el ruido de fondo para guiar las clases colectivas de ejercicio.
- Temperatura inadecuada para la realización del ejercicio o exposición a cambios bruscos de temperatura tras la realización del mismo.
- Contagio por virus o bacterias procedentes de otros usuarios o clientes enfermos.

### Medidas para prevenirlo

- Proporcionar micrófonos inalámbricos con sujeción a la cabeza para los monitores de clases colectivas con música.
- Utilizar micrófonos individualizados para cada monitor o con boquillas o tubos de voz intercambiables para evitar posibles contagios en caso de enfermedad.
- Regular la temperatura y la ventilación de las salas conforme al ejercicio o actividad realizada, evitando las corrientes de aire en las mismas.
- Evitar cambios bruscos de temperatura, así como la ingesta de bebidas frías tras el ejercicio.

## FATIGA FÍSICA

### Causas

- Fatiga física por la realización de ejercicio físico continuado de alta intensidad durante períodos prolongados de tiempo, tanto a lo largo de la jornada de trabajo como en jornadas sucesivas (entrenamientos, impartición de clases, etc).
- Elevado ritmo de trabajo.

### Medidas para prevenirlo

- Planificar las clases a impartir por cada monitor previendo períodos de descanso e intercalando actividades de mayor y menor intensidad física a lo largo de la jornada.
- Limitar el número de clases que supongan elevadas exigencias físicas para el monitor.

## LESIONES DERIVADAS DE LA ACTIVIDAD DEPORTIVA

### Causas

- Sobreesfuerzos por levantamiento y sujeción de elementos pesados o al realizar movimientos bruscos en frío y sin un calentamiento adecuado. Especialmente al recoger pesas y aparatos o al tener que ayudar a clientes que no pueden con los mismos en un momento dado.
- Falta de calentamiento o relajación previo y posterior a la actividad física o mala realización de los ejercicios correspondientes.
- Fatiga física. Acumulación de microtraumatismos y sobreesfuerzos de baja intensidad pero de manera continuada a lo largo del tiempo.
- Descuidos y falta de atención o concentración en la realización del ejercicio debido a una sobrecarga de trabajo, al cansancio acumulado, a problemas en la interrelación con compañeros, superiores y clientes, o a motivos de índole personal.
- Utilización de un calzado inadecuado para el ejercicio a realizar o de un calzado en malas condiciones.
- Características del suelo poco adecuadas para la realización del ejercicio o mal estado de las mismas (Superficies resbaladizas, sin capacidad de absorción de impacto...)

### Medidas para prevenirlo

- Adecuar las actividades físicas y la intensidad de las mismas a las capacidades de cada trabajador.
- Planificar los ejercicios de calentamiento y estiramiento como parte de la actividad a desarrollar, reservando el tiempo necesario para los mismos.
- Asegurar un buen conocimiento por parte del monitor de la manera correcta de realizar cada actividad, así como de los ejercicios de calentamiento y estiramiento necesarios para la misma.
- Dimensionar adecuadamente la carga física de trabajo de cada monitor y la intensidad del ejercicio a desarrollar tanto a lo largo de la jornada de trabajo como en jornadas consecutivas.
- Procurar concentrarse y mantener la atención en la realización del ejercicio que se está ejecutando en cada momento.
- Controlar que los materiales y superficies de ejercicio son apropiados a la actividad a desarrollar y en particular, dotar a las salas de ejercicio de suelos antideslizantes y con buena capacidad de absorción de impactos.
- Comprobar que las superficies de ejercicio se encuentran limpias y en buen estado de conservación para evitar cambios en sus características.

## CARGA MENTAL

### Causas

- Preparación, coordinación y planificación de diversas actividades con recursos y tiempo limitados.
- Atención personalizada al cliente y adaptación a las diferentes demandas de los mismos.
- Posibles conflictos con usuarios y clientes problemáticos.
- Pluriempleo y realización de actividades en distintos centros.
- Precariedad e inestabilidad laboral, falta de perspectivas laborales a largo plazo.
- Factores de organización del trabajo, horarios, turnicidad, etc.

### Medidas para prevenirlo

- Planificar adecuadamente los horarios de las distintas actividades y prever tiempos para la preparación de las mismas.
- Dimensionar adecuadamente la carga de trabajo de cada monitor y las actividades a desarrollar por los mismos.
- Proporcionar formación orientada al trato y atención al cliente.
- Prever procedimientos y mecanismos para la resolución de posibles conflictos con clientes y usuarios.
- Procurar estabilidad en las condiciones de trabajo.
- Realización de cursos para el reciclaje y la evolución profesional.
- Programar y comunicar a los trabajadores los turnos y horarios con antelación suficiente y posibilidad de cambio de los mismos.

## PUESTOS DE AGUA

### Descripción del puesto:

Comprende a todos aquellos trabajadores que llevan a cabo su actividad en instalaciones acuáticas tales como piscinas, spas, balnearios, etc; y en particular a los monitores de natación o actividades acuáticas, a los socorristas y al personal al cargo de las instalaciones acuáticas.

### Funciones:

- Enseñanza de natación e impartición de clases colectivas de diversas actividades y terapias realizadas en medio acuático.
- Vigilancia y cuidado de los usuarios de piscinas, spas y demás instalaciones acuáticas.
- Actuaciones de primeros auxilios.

Pese a que las funciones llevadas a cabo por estos profesionales son variadas según el puesto concreto al que estén destinados aquí vamos a centrarnos en las similitudes que tienen por el simple hecho de ser llevadas a cabo en instalaciones acuáticas. Para los profesores de natación y monitores de actividades acuáticas se aplicarán las especificaciones correspondientes a los monitores de actividades en lo que respecta a la realización del ejercicio físico y dirección de actividades colectivas.

### Lugar de trabajo:

- Instalaciones generales del gimnasio, club deportivo o spa.
- Instalaciones acuáticas del gimnasio, club deportivo o spa: piscinas, jacuzzi, duchas hidromasaje, saunas, etc.

### Maquinaria, Equipos y elementos de trabajo:

- Vestimenta adecuada a la actividad y a las condiciones de temperatura y humedad: bañador, calzado impermeable y antideslizante, ropa ligera y transpirable.
- En el caso de socorristas: flotadores salvavidas, percha de rescate, material de primeros auxilios, distintivo que lo acredite como socorrista.

### Equipos de protección:

- Calzado impermeable y antideslizante. Preferiblemente cerrado por delante para evitar golpes y cortes en los dedos de los pies.

En piscinas e instalaciones acuáticas al aire libre:

- Gorra con visera para protección contra el sol.
- Gafas de sol con protección UVA y UVB
- Crema de protección solar
- Sombrilla o similar.

### Riesgos asociados al puesto:

- Caídas al mismo nivel
- Golpes y cortes contra objetos inmóviles
- Ruido
- Afecciones laríngeas y faríngeas
- Riesgo biológico
- Riesgo químico

## CAÍDAS AL MISMO NIVEL

### Causas

- Mala colocación y desorden de utensilios y accesorios utilizados para las actividades acuáticas. Presencia de objetos por las zonas de paso y superficies de tránsito.
- Distracciones y descuidos al atender al público o realizar varias tareas a la vez.
- Resbalones por presencia de encharcamientos.
- Suelos y superficies resbaladizas o no antideslizantes.
- Utilización de calzado inadecuado.
- Existencia de desniveles o escaleras.

### Medidas para prevenirlo

- Mantener un correcto orden y limpieza de las instalaciones acuáticas colocando y recogiendo después de su uso los posibles utensilios y accesorios empleados en estas instalaciones en lugares apropiados para ello y apartados de las zonas de tránsito.
- Tener la debida precaución al transitar por las diferentes zonas de las instalaciones acuáticas.
- Dotar las instalaciones acuáticas de suelos y superficies antideslizantes.
- Evitar en lo posible el encharcamiento de las zonas de tránsito.
- Utilización de calzado antideslizante.
- Instalar barandillas en las zonas con desniveles y escaleras.

## GOLPES Y CORTES CONTRA OBJETOS INMÓVILES

### Causas

- Mala colocación y desorden de utensilios y accesorios para las actividades acuáticas.
- Distracciones y descuidos al atender al público o realizar varias tareas a la vez.

### Medidas para prevenirlo

- Mantener un correcto orden y limpieza de las instalaciones acuáticas colocando y recogiendo después de su uso los posibles utensilios y accesorios empleados en estas instalaciones en lugares apropiados para ello y apartados de las zonas de tránsito.
- Tener la debida precaución al transitar por las áreas de las instalaciones acuáticas.
- Utilización de calzado cerrado por la parte delantera para evitar golpes y cortes en los dedos de los pies.

## RUIDO

### Causas

- Elevado número de usuarios en las instalaciones.
- Presencia de grupos escolares e infantiles.
- Ruido producido por el agua (chapoteo) y por los sistemas de llenado y vaciado.

### Medidas para prevenirlo

- Regular el número máximo de usuarios en las instalaciones.
- Controlar el volumen de voz de los usuarios.
- Intercalar periodos de descanso para el personal de estas instalaciones en zonas con bajo nivel de ruido ambiente.
- Utilizar, en lo posible, materiales que reduzcan el ruido y la reverberación en paredes y techos de locales destinados a piscinas.

## AFECCIONES LARÍNGEAS Y FARÍNGEAS

### Causas

- Necesidad de forzar y alzar la voz sobre el nivel de ruido de fondo.
- Exposición a cambios bruscos de temperatura al pasar de unas instalaciones a otras.
- Elevada concentración de cloro y sus derivados en el aire de las instalaciones acuáticas.

### Medidas para prevenirlo

- Procurar no elevar excesivamente el nivel de voz.
- Minimizar el paso entre zonas de las instalaciones con alta diferencia de temperatura y cuando se tenga que pasar de una zona a otra con diferente ambiente térmico hacerlo pausadamente, tomándose un tiempo para que el cuerpo se adapte a las nuevas condiciones.
- Mantener una ventilación adecuada, controlar la concentración de cloro gas en el ambiente de las instalaciones acuáticas y cuidar la correcta dosificación del mismo.

## RIESGO BIOLÓGICO

### Causas

- Presencia de microorganismos patógenos (protozoos, hongos, bacterias y virus).
- Presencia de condiciones de alta temperatura y humedad las cuales favorecen el crecimiento y desarrollo de los microorganismos.
- Falta de higiene y limpieza tanto de las instalaciones como de los usuarios de las mismas. Irritaciones e hipersensibilidad de la piel debida a cambios constantes las condiciones de humedad de la misma.

### Medidas para prevenirlo

- Mantener las instalaciones en un buen estado de higiene y limpieza, limpiándolas periódicamente y utilizando sistemas y productos adecuados para la depuración y el tratamiento de las aguas.
- Utilizar materiales de fácil limpieza y desinfección en los suelos, revestimientos y diversos elementos estructurales de las instalaciones acuáticas.
- Utilizar productos de limpieza y desinfectantes adecuados a la naturaleza y las condiciones de utilización de las instalaciones.
- Seguir hábitos de higiene adecuados por parte del personal y usuarios de las mismas. En general, es suficiente una ducha antes y después del uso de las instalaciones. Un exceso de higiene, especialmente en el caso de trabajadores que pasan gran parte del tiempo en las instalaciones, puede dar lugar a una hipersensibilidad e irritación de la piel y a la pérdida de sus cualidades protectoras contra microorganismos externos. También es aconsejable la utilización de cremas hidratantes para evitar una sequedad excesiva y mantener la piel en buenas condiciones de elasticidad y resistencia.

## RIESGO QUÍMICO

### Causas

- Contacto prolongado de la piel y las mucosas con los compuestos químicos utilizados para el tratamiento y depuración de las aguas.
- Inhalación de cloro y otros compuestos químicos derivados por respiración.
- Elevada concentración de sustancias químicas utilizadas para la depuración y tratamiento de las aguas.
- pH no adecuado a las características de la piel, cambios habituales de pH.
- Sensibilidad especial a algún componente químico por parte de los trabajadores.

### Medidas para prevenirlo

- Controlar la concentración de los productos químicos utilizados para la desinfección y tratamiento de las aguas, tanto en el agua como en el aire (en el caso del cloro y sus derivados). Realización de medidas periódicas de la concentración de estos productos y dosificación adecuada de los mismos.
- Mantener una correcta ventilación que asegure la renovación del aire y mantenga los niveles de cloro y otros compuestos químicos gaseosos en los niveles más bajos posibles.
- Mantener unos hábitos correctos de higiene. Los usuarios deben ducharse después de usar las instalaciones, pero teniendo en cuenta que hacerlo en exceso también puede ser perjudicial para la piel.
- Utilizar gafas de natación en caso de inmersiones frecuentes o largas estancias en la piscina.
- Hidratar convenientemente la piel al final de la exposición al agua.

## FISIOTERAPEUTA Y MASAJISTA

### Descripción del puesto:

#### Funciones:

- Aplicar técnicas de masaje deportivo y terapéutico específico para los clientes.
- Aplicación de técnicas generales de fisioterapia deportiva (calor y frío, láser, onda corta, magnetoterapia, ultrasonidos, corrientes interferenciales...).
- Aplicación de técnicas y terapias específicas adaptadas a las necesidades y particularidades del cliente (tratamiento de lesiones, relajación, ergoterapia, etc).

La gama de técnicas a aplicar puede ser muy amplia pasando desde la realización de determinados movimientos repetitivos a la realización de tratamientos físico-químicos con aparatos especializados (onda corta, magnetoterapia, ultrasonidos, etc).

Además del conocimiento de las diferentes técnicas y disciplinas propias de su actividad, el trabajo de fisioterapeuta y masajista tiene un componente importante de atención al público y de trato personalizado al cliente que en ocasiones puede llegar a ser muy cercano, no sólo en el aspecto físico que es obvio, sino también a nivel psicológico.

#### Lugar de trabajo:

- Instalaciones generales del gimnasio o club deportivo.
- Salas de ejercicio con aparatos.
- Salas para aplicación de masajes y otras técnicas de fisioterapia

#### Maquinaria, Equipos y elementos de trabajo:

- Vestimenta de uso sanitario (bata o pijama) y calzado adecuados a la actividad.
- Equipos eléctricos o mecánicos de fisioterapia deportiva (electroterapia, ultrasonidos, mecanoterapia, equipos láser...)
- Camilla de masaje de altura y posición regulables.
- Productos cosméticos y terapéuticos (cremas, lociones, aceites, geles, algas, arcillas...)

#### Equipos de protección:

Los distintos complementos de protección que puede utilizar el masajista tales como muñequeras, fajas o guantes no son considerados Equipos de Protección Individual según la normativa de prevención de riesgos laborales.

En algún caso, pueden utilizar gafas de protección para la realización de técnicas con rayos UV.

#### Riesgos asociados al puesto:

- Caídas al mismo nivel
- Golpes contra objetos inmóviles
- Posturas forzadas



- Carga mental
- Riesgo por contacto o inhalación de productos químicos
- Riesgo biológico
- Incendios

## CAÍDAS AL MISMO NIVEL

### Causas

- Mala colocación de aparatos, objetos y utensilios, colocación de los mismos fuera de su ubicación.
- Presencia de cables de equipos eléctricos atravesando zonas de paso.
- Distracciones y descuidos al atender a los clientes o por realizar varias cosas a la vez.
- Presencia de líquidos derramados y condensación de humedad en superficies resbaladizas.
- Falta de coordinación con otros usuarios o clientes de las instalaciones, especialmente en espacios y locales reducidos.

### Medidas para prevenirlo

- Cuidar que la distribución de los equipos de fisioterapia sea adecuada dejando zonas de paso de anchura suficiente.
- Vigilar que las superficies de tránsito estén libres de objetos y que los utensilios se recojan adecuadamente después de su uso, evitando que invadan las zonas de paso.
- Dotar las instalaciones de suelos antideslizantes.
- Limpiar adecuadamente los posibles derrames de líquidos que puedan producirse.
- Mantener unas condiciones de humedad y temperatura apropiadas para impedir la condensación.

## GOLPES CONTRA OBJETOS INMÓVILES

### Causas

- Distracciones y descuidos al realizar las tareas.
- Mala organización y distribución del mobiliario y los equipos de trabajo.
- Dimensiones insuficientes para el movimiento con comodidad en la zona de trabajo y las áreas de tránsito de los distintos locales.

### Medidas para prevenirlo

- Distribuir adecuadamente los equipos de fisioterapia y el mobiliario de los locales utilizados para la realización de masajes y tratamientos fisioterapéuticos, dejando espacio suficiente para el paso con comodidad por las distintas zonas de los mismos.
- Tener cuidado y mantener la debida atención al transitar en otras áreas (gimnasios, salas de ejercicio con máquinas, etc.).



## POSTURAS FORZADAS

### Causas

- Aplicación de técnicas específicas de masaje y rehabilitación que requieren determinados esfuerzos posturales o realización de las mismas sin el conocimiento suficiente.
- Malos hábitos y posturas defectuosas al aplicar los masajes o realizar los ejercicios de rehabilitación.
- Utilización de camillas y aparatos de rehabilitación no regulables o ajustables.

### Medidas para prevenirlo

- Asegurar un buen conocimiento por parte del masajista o fisioterapeuta de la manera correcta de realizar cada actividad, ejercicio o terapia.
- Mantener la atención en la realización del tratamiento que se está ejecutando en el momento, evitando en lo posible las posturas forzadas.
- Procurar cambiar de postura o variar ligeramente la posición cada cierto tiempo.
- Realizar ejercicios de estiramiento y relajación antes y después de las sesiones de tratamiento más intensas o que requieran posturas forzadas.
- Utilizar camillas y aparatos de fisioterapia con componentes regulables y ajustables en altura y posición.

## CARGA MENTAL

### Causas

- Coordinación y planificación de diversas sesiones con tiempo limitado y en algunos casos con desplazamientos de unos centros a otros.
- Atención personalizada al cliente y adaptación a las diferentes demandas de los mismos.
- El trato es muy cercano al cliente, llegando en ocasiones a ser utilizados como "psicólogos".
- Posibles conflictos con usuarios y clientes problemáticos.
- Pluriempleo y realización de actividades en distintos centros.
- Precariedad e inestabilidad laboral, falta de perspectivas laborales a largo plazo.
- Factores de organización del trabajo, horarios, etc.

### Medidas para prevenirlo

- Planificar adecuadamente los horarios de las distintas sesiones, previendo tiempos suficientes no sólo para la realización de las mismas, sino para la preparación de los elementos de apoyo que se puedan necesitar (aparatos y medios auxiliares).
- Programar y comunicar a los trabajadores los horarios de las distintas sesiones con antelación suficiente y prever mecanismos para facilitar el posible cambio de las mismas.
- Dimensionar adecuadamente la carga de trabajo de cada fisioterapeuta o masajista.
- Proporcionar formación orientada al trato y atención al cliente.
- Prever procedimientos y mecanismos de actuación para la resolución de posibles conflictos con clientes y usuarios.
- Procurar estabilidad en las condiciones de trabajo.
- Realización de cursos para el reciclaje y la evolución profesional.

## RIESGO POR CONTACTO O INHALACIÓN DE PRODUCTOS QUÍMICOS

### Causas

- Posible sensibilidad a los diferentes productos utilizados en los tratamientos terapéuticos (aceites, cremas, lociones, geles, arcilla, algas...) que pueden originar dermatitis y reacciones alérgicas.

### Medidas para prevenirlo

- Informarse de la composición y propiedades de los productos utilizados, así como de las recomendaciones de uso de los mismos y posibles incompatibilidades con otras sustancias.
- En caso de que algún producto no ofrezca suficientes garantías higiénico-sanitarias o produzca algún problema, sustituirlo por otro.

## RIESGO BIOLÓGICO

### Causas

- Contagio por virus o bacterias procedentes de otros usuarios o clientes enfermos.

### Medidas para prevenirlo

- Vacunas (gripe, hepatitis, etc...)
- Informarse de las posibles patologías contagiosas, según las épocas del año y sobre la forma de transmisión de las mismas.
- Seguir unas conductas de higiene apropiadas tanto con el material utilizado como con la propia persona (especialmente tras el tratamiento con pacientes enfermos).

## INCENDIOS

### Causas

- Cortocircuitos por fallos en los equipos.
- Uso incorrecto de material inflamable (alcohol, sprays...)
- Desobedecer la prohibición de fumar en los centros de trabajo

Otras causas de tipo general.

### Medidas para prevenirlo

- Asegurarse de que se cumple la prohibición de fumar en el interior del centro de trabajo.
- Vigilar el buen estado de los equipos y aparatos eléctricos, así como de los enchufes e instalaciones y comunicar cualquier anomalía detectada en los mismos.
- Seguir las instrucciones de uso de los productos químicos inflamables y no dejarlos cerca de fuentes de calor.
- Conocer la situación y la forma de uso de extintores y demás medios de protección contra incendios.

## ATENCIÓN AL CLIENTE Y RECEPCIÓN

### Descripción del puesto

#### Funciones:

- Atención de teléfonos, controlando la centralita para dirigir las llamadas.
- Recepción y distribución de correspondencia y mensajería.
- Orientar y asesorar a los clientes que llaman o acuden directamente a la instalación, informándoles de todas las actividades y servicios ofrecidos.
- Realizar el control de acceso a los locales de clientes, proveedores, subcontratistas, etc.

Este puesto de trabajo tiene un componente importante de atención al público y trato personalizado al cliente.

#### Lugar de trabajo

- Recepción del edificio, normalmente en posición sentado, con un mostrador o una mesa con elementos.
- Espacios comunes de las instalaciones.

#### Maquinaria, Equipos y elementos de trabajo

- Teléfono (centralita) con auriculares, normalmente.
- Equipos informáticos (Pantalla de ordenador (PVD), impresoras y fax).
- Mostrador o mesa, silla regulable, reposapiés, etc.
- Material de oficina (carpetas y archivadores, grapadora, tijeras, etc)

#### Equipos de protección

- No se utiliza ningún equipo de protección individual (EPI) en este puesto de trabajo.

## CAÍDAS AL MISMO NIVEL

### Causas

- Presencia de cables de equipos eléctricos en zonas de paso, próximos al puesto.
- Distracciones y descuidos al atender a los clientes o por realizar varias cosas a la vez.
- Suelos mojados o deslizantes, por lluvia, líquidos derramados, limpieza...

### Medidas para prevenirlo

- Evitar que haya cables u otros objetos atravesando la zona de acceso al puesto de trabajo de recepción o la zona interior del mismo.
- Tomar precauciones cuando el suelo pueda estar mojado, en caso de lluvia o mientras se efectúan labores de limpieza de suelos.

## GOLPES CONTRA OBJETOS INMÓVILES

### Causas

- Distracciones y descuidos.
- Mala colocación de mobiliario y otros elementos (fotocopiadoras, extintores, cajetines de información, etc.).
- Dimensiones insuficientes de los pasillos y zonas de tránsito.

### Medidas para prevenirlo

- Distribuir adecuadamente los muebles y otros accesorios en recepción, vigilando especialmente que no sobresalgan demasiado e invadan las zonas de paso.
- Tener cuidado y mantener la atención al transitar por pasillos, o al acceder al área de recepción.
- No correr.

## RIESGO POSTURAL

### Causas

- Trabajo sedentario y estático, sin cambiar de postura ya sea en "posición sentado" o "de pie".
- Silla no adaptada al trabajador y sin posibilidad de giro o regulación en altura (problemas ergonómicos).
- Malos hábitos posturales.
- Falta de auriculares para el teléfono.

### Medidas para prevenirlo

- Tener presente en todo momento que se debe de estar correctamente sentado y con la espalda recta y las piernas a 90º para evitar tensiones lumbares o dorsales.
- Adquirir mobiliario ergonómico (silla adaptable como mínimo).
- Utilizar reposapiés si es necesario.
- Cambiar de postura periódicamente ya que incluso una postura correcta produce tensión a la larga.
- Utilizar teléfonos con auriculares que permitan tener las manos libres y el cuello recto.

## CARGA MENTAL

### Causas

- Atención directa al cliente y adaptación a las diferentes demandas de los mismos.
- Posibles conflictos con usuarios y clientes problemáticos.
- Elevado ritmo de trabajo en ciertos momentos y falta de actividad en otros, así como monotonía y repetitividad de las tareas.

### Medidas para prevenirlo

- Proporcionar información y formación orientada al trato y atención al cliente.
  - Prever procedimientos y mecanismos para la resolución de posibles conflictos con clientes y usuarios.
  - Suplementar personal en momentos de excesiva afluencia de clientes.
- Intercalar las tareas monótonas y repetitivas con otras más entretenidas.

## INCENDIOS

### Causas

- Cortocircuitos por fallos en los equipos o instalaciones eléctricas.
- Desobedecer la prohibición de fumar en el centro de trabajo.
- Otras causas de tipo general.

### Medidas para prevenirlo

- No fumar en el interior del centro trabajo, y asegurarse de que no entra personal externo fumando.
- Comunicar cualquier anomalía detectada en los equipos e instalaciones eléctricas.
- Conocer el procedimiento de actuación en caso de incendio (especialmente en lo referente a alarma y evacuación) y la situación y utilización de los diferentes elementos de protección contra incendios y evacuación.
- No dejar equipos conectados durante largos periodos sin utilización.
- No utilizar hornillos o estufas sin protección contra contactos con elementos o sustancias combustibles.

## LIMPIEZA Y MANTENIMIENTO

### Descripción del puesto

En este puesto se incluye a todo el personal que realiza labores de limpieza y mantenimiento en las instalaciones dedicadas a la actividad física y la salud. En este sentido, hay que tener en cuenta que no todos los trabajadores realizan todas las tareas aquí recogidas y, por lo tanto, no están expuestos a todos los riesgos.

### Funciones:

- Mantener las instalaciones en condiciones adecuadas de limpieza e higiene.
- Realizar pequeñas reparaciones en las instalaciones generales del centro.
- Ajustar las condiciones de funcionamiento de la maquinaria, aparatos y equipos de trabajo, así como realizar labores de revisión periódica y mantenimiento de maquinaria y aparatos de ejercicio.

### Lugar de trabajo

Por la naturaleza de su trabajo pueden tener que realizar su actividad en todas las instalaciones del centro:

- Instalaciones generales del gimnasio o club deportivo.
- Salas de ejercicio con aparatos (cardiovascular, musculación, ciclo indoor...)
- Aulas de clases colectivas (aerobic, step, bailes...).
- Instalaciones acuáticas.
- Vestuarios y servicios.
- Almacenes, salas de máquinas, calderas y depuradoras.

### Maquinaria, Equipos y elementos de trabajo

- Aparatos y utensilios de limpieza.
- Herramientas manuales y mecánicas.
- Escaleras de mano.
- Maquinaria y aparatos de ejercicio.
- Maquinaria e instalaciones de electricidad, calefacción, depuración y ventilación.

### Equipos de protección

En general deben emplearse los siguientes equipos de protección debiendo estudiarse el empleo de otros para determinadas actividades y trabajos más específicos que pudieran realizarse.

- Ropa de trabajo con marcado CE (340)
- Guantes con marcado CE para riesgos mecánicos (EN 388) y químicos (EN 374).
- Calzado con marcado CE (EN 344, EN 345 y EN 347).
- Gafas protectoras con marcado CE (EN 166).
- Protectores auditivos (EN 458).



- Máscaras y mascarillas de protección de vías respiratorias (EN 136, EN 140) y filtros para gases o filtros mixtos y combinados (EN 141).
- Prendas de protección contra líquidos químicos, por penetración y permeación (EN 368 y EN 369).

## CAÍDAS AL MISMO NIVEL

### Causas

- Mala distribución y colocación de aparatos, herramientas y equipos de trabajo en los locales.
- Falta de orden y limpieza. Superficies sucias, con presencia de aceites o grasas, derramadas.
- Distracciones y descuidos.
- Presencia de líquidos derramados y condensación de humedad en superficies resbaladizas.
- Falta de señalización de tuberías e instalaciones en las salas de máquinas y calderas cuando atraviesen o estén próximas a zonas de paso.

### Medidas para prevenirlo

- Mantener las instalaciones y locales en adecuadas condiciones de orden y limpieza.
- Recoger las herramientas y equipos de trabajo después de su uso y evitar dejarlos descuidados en zonas de tránsito.
- Evitar y recoger rápidamente los derrames y encharcamientos de líquidos, grasas y aceites que puedan producirse.
- Mantener unas condiciones de humedad, temperatura y ventilación que impidan la condensación de la humedad sobre las superficies de tránsito.
- Instalación de suelos con propiedades antideslizantes.
- Prestar la debida atención al transitar por superficies resbaladizas o por salas de maquinaria y almacén.

## CAÍDA DE OBJETOS EN MANIPULACIÓN

### Causas

- Falta de conocimiento o experiencia en la utilización de equipos de trabajo y herramientas.
- Mal estado de los utensilios, equipos y herramientas de trabajo, así como de los elementos auxiliares utilizados para su transporte.
- Distracciones y descuidos.
- Elevado ritmo de trabajo.

### Medidas para prevenirlo

- Utilizar medios auxiliares adecuados para el transporte y manipulación de utensilios y herramientas.
- Realizar revisiones periódicas de las herramientas y equipos utilizados, así como un correcto mantenimiento de los mismos.
- Prestar la debida atención y cuidado en el transporte y manipulación objetos.
- Adecuar los tiempos de trabajo a las necesidades de cada tarea para evitar tener que ir demasiado rápido en la realización de las mismas.

## GOLPES CONTRA OBJETOS INMÓVILES

### Causas

- Distracciones y descuidos.
- Mala organización y distribución de las diferentes máquinas en almacenes y salas de calderas. Espacios insuficientes o presencia de elementos que pueden entorpecer las tareas que realizan los operarios en las salas de maquinaria.
- Dimensiones insuficientes de los pasillos y zonas de tránsito.
- Falta de señalización de elementos de las instalaciones y máquinas que invaden o entorpecen las zonas de paso y tránsito.
- Elevado ritmo de trabajo.

### Medidas para prevenirlo

- Cuidar la distribución de maquinaria e instalaciones en salas de calderas, depuración y almacenes, dejando espacio suficiente para el acceso donde sea necesario para realizar operaciones de revisión, mantenimiento o ajuste de las mismas.
- Tener la debida precaución al transitar por las salas de maquinaria, calderas, depuración y almacenes.
- Señalizar adecuadamente aquellos elementos de la maquinaria o las instalaciones que invaden o entorpecen las zonas de tránsito (pintura con franjas amarillas y negras de señalización).
- Adecuar los tiempos de trabajo a las necesidades de cada tarea para evitar tener que ir demasiado rápido en la realización de las mismas.



## GOLPES Y CORTES CON HERRAMIENTAS

### Causas

- Falta de orden y limpieza.
- Herramientas o componentes de las mismas en mal estado.
- Utilización incorrecta de las herramientas, especialmente utilización de las mismas para fines distintos a los que fueron diseñadas.

### Medidas para prevenirlo

- Orden y limpieza. Guardar las herramientas y sus componentes adecuadamente después de su uso y mantenerlas limpias de grasas y aceites para evitar que resbalen durante su utilización. En particular es importante guardar y transportar las herramientas en cinturones porta-herramientas o estuches y cajas adecuadas.
- Revisar el buen estado de las herramientas antes de su utilización.
- Utilizar las herramientas conforme al uso para el que fueron diseñadas.
- Utilizar EPIs tales como guantes y botas de protección para riesgos mecánicos.

## ATRAPAMIENTOS POR O ENTRE OBJETOS

### Causas

- Desconocimiento de los aparatos, equipos de trabajo y maquinaria, así como del funcionamiento de sus componentes y del modo correcto de manipularlos.
- Distracciones y descuidos.
- Mal estado de aparatos y maquinaria o de los componentes de los mismos.
- Falta de elementos de protección y resguardos en las partes móviles de la maquinaria.

### Medidas para prevenirlo

- Información sobre la manera correcta de utilización de los distintos aparatos y sus componentes.
- Evitar la manipulación de los elementos de la maquinaria sin los conocimientos previos adecuados.
- Guardar la debida precaución en las tareas de reparación y manipulación de los distintos tipos de maquinaria y sus componentes.
- Realización de revisiones periódicas y de un correcto mantenimiento de diversos componentes de aparatos y maquinaria.
- Dotar a la maquinaria de elementos de protección y resguardos en las partes móviles que puedan producir atropamientos.

## RUIDO

### Causas

- Elevado nivel de ruido producido en las salas de maquinaria, calderas y depuradoras ya sea en su modo normal de operación o por mal estado o falta de mantenimiento de los mismos.
- Ruido producido por el uso de herramientas mecánicas (sierras de corte, taladros, etc...)

### Medidas para prevenirlo

- Realización de revisiones y mantenimiento periódico de la maquinaria (ajustes, engrase, etc) para asegurar su buen funcionamiento y reducir los niveles de ruido durante su funcionamiento.
- Minimizar el tiempo de trabajo en las zonas con elevado nivel de ruido.
- Utilizar protección auditiva (en el caso de tener que realizar trabajos con herramientas o equipos que produzcan elevados niveles de ruido. El empresario deberá poner a disposición de los trabajadores equipos de protección auditiva cuando no sea posible reducir la exposición al ruido por otros métodos y el nivel de exposición diario equivalente sea  $\geq$  de 80 dB(A) o el nivel de pico sea  $\geq$  135 dB (C). Por otro lado, los trabajadores estarán obligados a utilizar los equipos de protección auditiva cuando el nivel de exposición diario equivalente sea  $\geq$  de 85 dB(A) o el nivel de pico sea  $\geq$  137 dB (C). Se establecen como valores límite de exposición, que no deberán sobrepasarse en ningún caso: 87 dB(A), para el nivel de exposición diario equivalente y 140 dB (C), para el nivel de pico.

## MANIPULACIÓN DE PRODUCTOS QUÍMICOS

### Causas

- Manipulación y contacto con productos químicos de limpieza y desinfección (lejía, amoníaco, cloro, pastillas de bromo, etc...)
- Inhalación de vapores y gases procedentes de la utilización de sustancias químicas de limpieza y desinfección.
- Desconocimiento de las características y riesgos de los productos utilizados.

### Medidas para prevenirlo

- Utilizar los productos químicos conforme a las instrucciones del fabricante. En particular, se debe tener en cuenta las posibles reacciones de los productos químicos con otras sustancias empleadas en las instalaciones.
- Informar y formar a los trabajadores sobre la manera correcta de utilización de los productos químicos peligrosos.
- Facilitar fichas de datos de seguridad de los productos químicos utilizados, en las que figuren las instrucciones detalladas para su manejo, información de las propiedades del producto, los posibles riesgos, así como las actuaciones en caso de contacto o exposición accidental.
- Utilizar EPIs adecuados a los riesgos del producto utilizado (gafas, guantes, botas mascararas...)
- Almacenar los productos químicos en lugares y contenedores apropiados, conservando el correcto etiquetado de los mismos.

## FATIGA FISICA

### Causas

- Realización de trabajos pesados (movimiento de botellas, bidones, sacos, etc.)
- Elevado ritmo de trabajo en determinados horarios.

### Medidas para prevenirlo

- Utilizar medios de elevación y transporte mecánicos (carretillas, carritos, equipos con ruedas).
- Realizar pausas periódicas durante la realización de los trabajos más pesados.

## SOBRESFUERZOS

### Causas

- Manipulación incorrecta de cargas debido al empleo de técnicas erróneas o falta de información sobre las mismas.
- Elevación de pesos de difícil manejo por su volumen o por falta de asideros y elementos de agarre.

### Medidas para prevenirlo

- Procurar reducir o aligerar la carga en lo posible.
  - Utilizar medios de elevación y transporte mecánicos cuando se manejen cargas pesadas.
  - Aplicar técnicas adecuadas para la elevación y transporte de cargas a mano (evaluar la carga antes de levantarla, doblar las rodillas y hacer fuerza con las piernas para levantarla, mantener la columna recta, mantener la carga cerca del cuerpo, mantener los brazos estirados y evitar torsiones durante el levantamiento y el transporte de la carga).
  - Dotar las cargas de asideros y elementos de agarre adecuados.
- Pedir ayuda para elevar cargas pesadas cuando estas sean demasiado grandes o pesadas.

## POSTURAS FORZADAS

### Causas

- Mantener posturas forzadas al limpiar, revisar máquinas, hacer reparaciones, acceder a zonas complicadas, etc.

### Medidas para prevenirlo

- Procurar cambiar de postura frecuentemente cuando se estén realizando tareas de limpieza y reparación.
- Utilizar rodilleras y otros elementos auxiliares de apoyo (banquitos, escaleras de mano, etc.).

## CONTACTO TÉRMICO

### Causas

- Quemaduras por contacto con partes calientes de alguna instalación (calefacción, estufas, conducciones de agua caliente...) o con gases y vapores de las mismas.

### Medidas para prevenirlo

- Emplear guantes de protección contra riesgo térmico en presencia de instalaciones o equipos a alta temperatura, o al manipular partes de los mismos.
- Dotar los aparatos y conducciones de alta temperatura de elementos protectores aislantes que impidan el contacto directo con los mismos.
- Señalizar adecuadamente las partes de los equipos y maquinaria que puedan alcanzar altas temperaturas.

## CONTACTO ELÉCTRICO

### Causas

- Contactos directos con partes en tensión (cuadros, cables pelados, etc.)
- Contactos indirectos por defectos a masa en algún equipo o instalación y fallo de las protecciones.

### Medidas para prevenirlo

- Verificación y revisión periódica del correcto estado de las instalaciones y equipos eléctricos, así como del buen funcionamiento de las protecciones (interruptores diferenciales, puesta a tierra, materiales aislantes...), por parte de personal competente y cualificado. Utilización de transformadores de seguridad u otros métodos seguros para trabajos en presencia de agua. En locales húmedos o mojados se consideran tensiones de seguridad aquellas que no exceden de 24 voltios y en emplazamientos sumergidos aquellas que no superan los 12 voltios.
  - No permitir la manipulación de instalaciones eléctricas por personal no cualificado y autorizado para ello. Mantener las partes en tensión de la instalación cerradas bajo llave, señalizando adecuadamente el riesgo eléctrico de las mismas.
- Desconectar los equipos de la red eléctrica antes de proceder a su limpieza, reparación y mantenimiento.
- Utilizar EPIs contra riesgo eléctrico.

## INCENDIO

### Causas

- Cortocircuitos por fallos en la instalación eléctrica.
- Uso incorrecto de material inflamable (productos de limpieza, combustibles...)
- Desobedecer la prohibición de fumar en el centro de trabajo.
- Realizar soldaduras en presencia de materiales combustibles.

### Medidas para prevenirlo

- Realización de revisiones periódicas de la instalación para detectar posibles fallos en la misma.
  - Asegurarse de que se cumple la prohibición de fumar en el interior del centro de trabajo.
  - No realizar soldaduras en presencia de materiales combustibles o inflamables.
- Revisión y mantenimiento periódico de los extintores y demás medios de protección contra incendios.
- Informar y formar a los trabajadores del procedimiento de actuación y de la correcta utilización de los equipos de protección contra incendios.

## EXPLOSIÓN

### Causas

- Sobrepresión o mal estado de las partes constituyentes de aparatos a presión (calderas, tuberías, etc.).
- Acumulación de gases y vapores inflamables.
- Desobedecer la prohibición de fumar en el interior del centro de trabajo.

### Medidas para prevenirlo

- Revisión periódica de equipos e instalaciones (comprobación del buen estado de las conducciones, juntas y demás componentes de las instalaciones, así como de los niveles de presión en las mismas).
- Instalar manómetros para vigilar la presión de las instalaciones y válvulas de seguridad para evitar sobrepresiones en las mismas.
- Tener detectores de gas (explosímetros) en locales donde exista riesgo de acumulación.
- Asegurarse de que no se fuma en el trabajo en interiores.
- Ventilar suficientemente los locales con riesgo de acumulación de gases inflamables.



## 07 SITUACIÓN EN MATERIA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES

### **VISIÓN DE LOS TRABAJADORES**

Para recoger la percepción que tienen los trabajadores sobre la prevención de riesgos laborales y los riesgos a los que están expuestos en el desarrollo de su trabajo, se han realizado y distribuido encuestas entre el personal de los distintos puestos de trabajo de más de 15 centros o instalaciones dedicadas a la actividad física y la salud en diferentes puntos geográficos: Madrid, Alicante, Valencia, Zaragoza, Sevilla, Tenerife y La Coruña.

De las encuestas distribuidas se ha obtenido respuesta a 235 de ellas, cuyo análisis refleja los siguientes resultados:

#### **Distribución por puestos de trabajo:**

En cuanto a la distribución por puestos de trabajo, en la encuesta se establecían 7 grupos diferentes:

- Monitor de actividades específicas
- Monitor de actividades multidisciplinares
- Puestos de agua
- Mantenimiento
- Fisioterapeutas y masajistas
- Atención al cliente y recepción
- Otros

Sin embargo, las respuestas muestran que algunos trabajadores llevan a cabo diversas funciones pudiendo considerándose incluidos en varios de estos grupos a la vez.

Del total de trabajadores encuestados, 106 son monitores, lo que supone un 45 %. De estos, un 62% son monitores de actividades específicas, un 27% monitores de actividades multidisciplinares y un 10% monitores de actividades específicas y multidisciplinares. Además, un 18% de todos los monitores identifican también su puesto de trabajo como puesto de agua, realizando o bien clases de natación, aquagym y otras actividades acuáticas, o bien labores de socorrista.

Por otro lado, 32 de los encuestados, un 13%, describe su puesto de trabajo como puestos de agua. Aquí se incluyen los que realizan funciones en puestos de agua pero además realizan funciones de monitores (8%) más los que trabajan en puestos de agua sin realizar labores de monitor (5%). Estos últimos serían exclusivamente socorristas y personal al cuidado de las instalaciones acuáticas, además de una persona que realiza también labores de mantenimiento.

Dentro del puesto de atención al cliente y recepción, han respondido a la encuesta 64 personas, lo que supone un 27% de los encuestados. Alguno de ellos compatibiliza este puesto con labores de monitor o comerciales, aunque son minoritarios los que señalan también estas opciones.

19 de los trabajadores encuestados (un 8%) corresponden a puestos de mantenimiento, entre los cuales 1 considera además su puesto como "puesto de agua", como se ha comentado anteriormente.



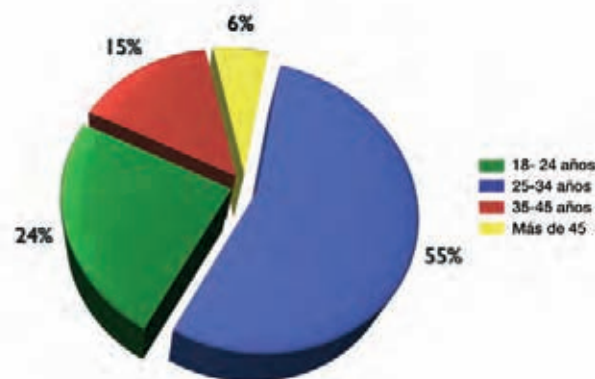
En lo referente a los fisioterapeutas y masajistas, solamente 9 (casi un 4%) han respondido a la encuesta, siendo uno de ellos además monitor de actividades específicas.

Finalmente, 31 de los trabajadores que han colaborado en la encuesta (13%) definen su puesto de trabajo dentro de la opción "otros". Aquí se incluyen una variedad de puestos de trabajo que van desde personal de limpieza y lavandería, a personal de dirección, pasando por esteticistas, dependientes, aparcacoches, etc.

**Distribución por edades:**

Si consideramos el total de trabajadores encuestados, se observa que el 79% de ellos tiene 34 años o menos, siendo el grupo de edad predominante el comprendido entre 25 y 34 años.

**Distribución por edades**



En el caso de los monitores, tanto de actividades específicas como multidisciplinares, la edad del personal encuestado es menor, desapareciendo la clase de más de 45 años (especialmente) en el caso de monitores de actividades multidisciplinares en los que el 89% tiene 34 años o menos.

Los colectivos más jóvenes son los correspondientes a puestos de agua y fisioterapeutas. En el caso de los trabajadores de puestos de agua, el 40% tiene entre 18 y 24 años y el 53% entre 25 y 34. En el caso de los fisioterapeutas, ninguno de los encuestados tiene más de 34 años, estando la mayoría entre 25 y 34 años (aunque hay que tener en cuenta que solamente 9 fisioterapeutas han respondido a la encuesta).

En cuanto a los puestos de mantenimiento, predominan claramente las edades de entre 25 y 34 años (67%), al igual que en atención al cliente y recepción, aunque en este último caso, las edades están más repartidas entre todos los grupos.

**Distribución por sexos:**

En lo referente a la distribución por sexos de los encuestados, en términos generales se observa mayoría de mujeres con cerca del 58% frente al 42% de hombres entre los encuestados.

**Distribución por sexos**



Sin embargo, si nos adentramos en los diferentes puestos de trabajo, se observa una tendencia diferente. Entre los monitores predominan los hombres (54% frente al 45% de mujeres en actividades específicas y 60% frente al 40% en actividades multidisciplinares), al igual que en puestos de agua, con porcentajes similares, pero es en los puestos de mantenimiento donde la proporción de hombres es claramente superior (casi 74% frente a algo más de un 26% de mujeres).

Los puestos más ocupados por mujeres son claramente los de fisioterapeutas y masajistas (con 8 mujeres frente a 1 hombre entre los encuestados) y atención al cliente y recepción (alrededor de 85% de mujeres frente a cerca del 15% de hombres). Predominando también las mujeres, aunque en menor medida entre los que han calificado su puesto de trabajo como "otros" (61% de mujeres frente al 29% de hombres).

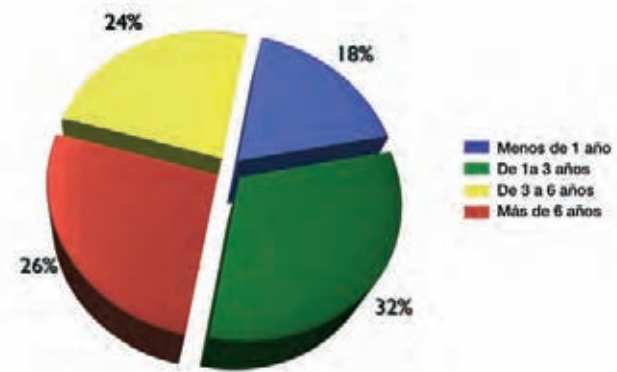
**Condiciones laborales:**

En lo referente a la antigüedad en el sector el 74% de los encuestados lleva menos de 6 años trabajando en el mismo, lo que muestra la reciente evolución de este tipo de instalaciones.

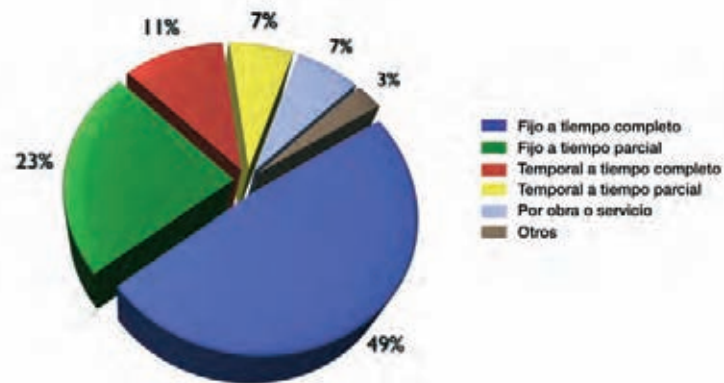
En lo relativo al tipo de contrato, casi la mitad poseen un contrato fijo a tiempo completo y un 23% fijo a tiempo parcial. En cuanto a la jornada de trabajo, más de la mitad tienen jornada completa continuada y cerca del 30% a tiempo parcial.

Por otro lado, un 48% de los encuestados manifiesta trabajar por turnos, un 22% trabaja regularmente en días festivos y un 42% lo hace ocasionalmente.

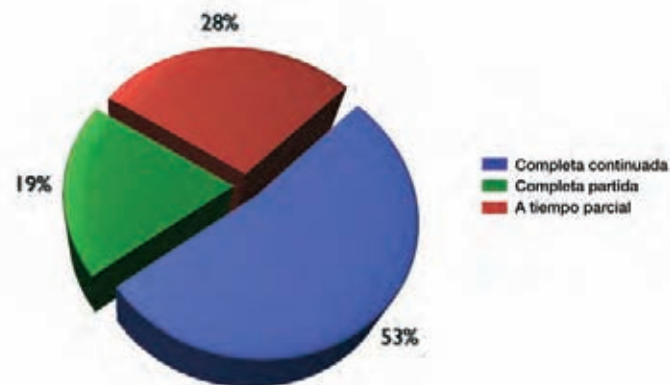
Tiempo de Trabajo en el Sector



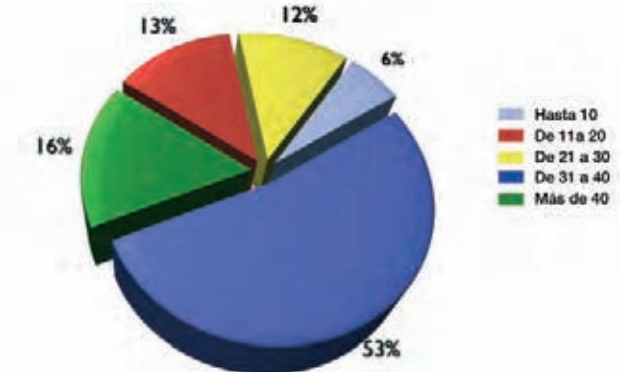
Tipo de Contrato de Trabajo



Tipo de Jornada



nº de horas semanales de trabajo



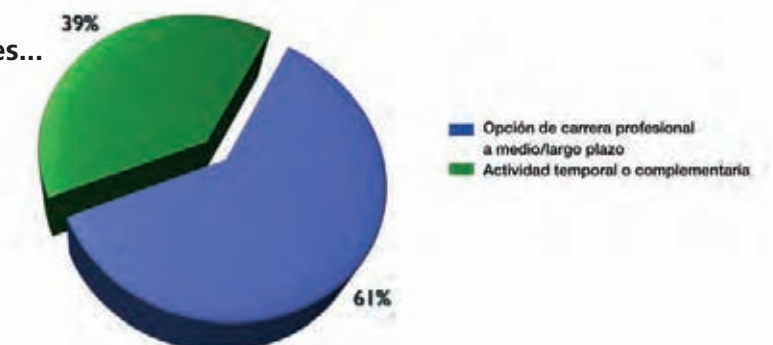
La jornada semanal predominante entre los trabajadores encuestados es de entre 31 y 40 horas, con algo más de la mitad de los encuestados en esta situación. Un 16% manifiesta trabajar más de 40 horas semanales y cerca un 19% trabaja menos de 20 horas semanales.

Condiciones de trabajo

En la visión de futuro que tienen los trabajadores respecto a su puesto de trabajo, un 60% de los trabajadores ven esta ocupación como una opción laboral a largo plazo, mientras que un 39% de los trabajadores lo considera como una actividad complementaria a otra actividad o un trabajo temporal.

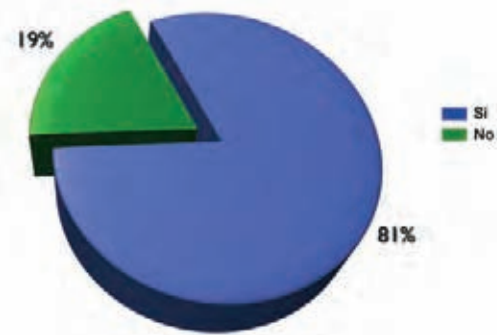
Sin embargo, en el puesto de fisioterapeutas y masajistas estos porcentajes son bastante diferentes ya que el 55% de los trabajadores consideran que este trabajo es una actividad temporal, mientras que el 45% lo consideran como una opción profesional a largo plazo. Lo mismo ocurre en el caso de puestos de agua, con porcentajes muy parecidos a los de los fisioterapeutas.

Considera que su trabajo es...



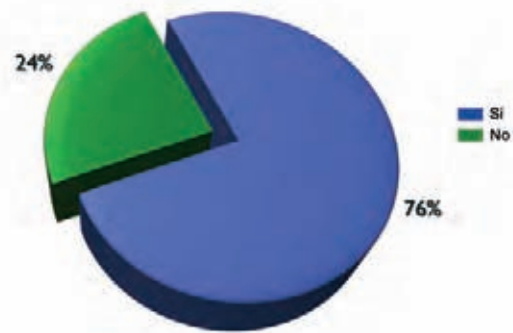
En cuanto a las condiciones de seguridad de las instalaciones y la adecuación de los equipos a las tareas desarrolladas, la gran mayoría de los trabajadores, un 81%, considera que las instalaciones y los equipos son adecuados a las tareas que realizan.

¿Son las instalaciones y equipos adecuados a las tareas realizadas?



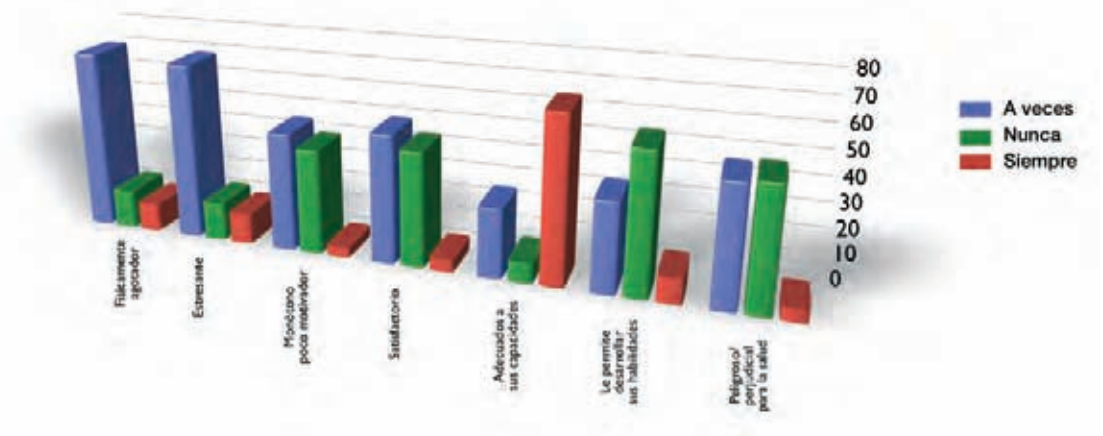
Un 76 % cree que las instalaciones reúnen las condiciones de seguridad y salud, mientras que el 24% no percibe que las instalaciones reúnan esas condiciones de seguridad. Los trabajadores más críticos con las condiciones de seguridad son los fisioterapeutas (7 de 9 manifiestan que las instalaciones no reúnen las condiciones de seguridad) seguidos de los de puestos de agua, con un 53% en contra y del personal de mantenimiento, con un 37%. Hay que tener en cuenta que estos grupos de trabajadores son una parte relativamente pequeña del personal total encuestado, aunque, en el caso de los de mantenimiento, son los que están expuestos mayores riesgos.

¿Reúnen las instalaciones las condiciones de seguridad y salud necesarias?



En cuanto a la percepción que los trabajadores tienen de su trabajo respecto a si el trabajo es físicamente agotador, estresante, monótono, satisfactorio, adecuado a su capacidad, si le permite desarrollar sus habilidades o lo considera peligroso, se obtuvieron los siguientes resultados:

Frecuencia con que su trabajo es:



La mayoría de los trabajadores, un 70%, considera que el trabajo es agotador físicamente algunas veces. Un porcentaje bajo, el 13%, siempre perciben su trabajo como agotador.

Prácticamente el mismo porcentaje de trabajadores considera que el trabajo es estresante algunas veces (un 69%), mientras que el 14% opina que siempre es estresante y el 16% que nunca lo es.

El trabajo lo consideran siempre monótono, debido a su poca motivación, un porcentaje muy bajo de trabajadores (un 8,4%), mientras que un 43% nunca lo consideran monótono y un 48% solo lo consideran monótono a veces.

El grado de satisfacción del trabajo que desarrollan es elevado. Un 44% siempre lo encuentran satisfactorio y un 50% lo consideran satisfactorio a veces. Únicamente un 5% nunca encuentra su trabajo satisfactorio.

En cuanto a la adecuación del trabajo a las capacidades del trabajador que lo desempeña, el 67% piensa que el trabajo siempre es adecuado a su capacidad, un 26% cree que es adecuado a veces y solo un 7% no considera que el trabajo que desempeña sea adecuado a sus capacidades.

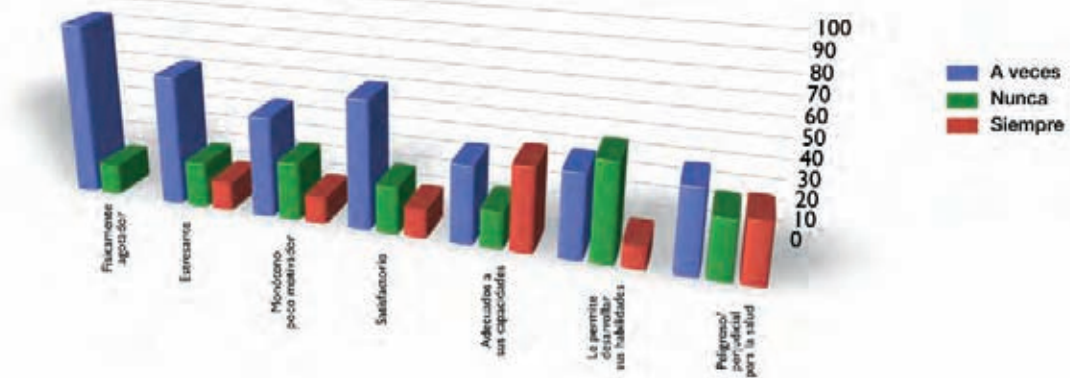
Algo más de la mitad de los trabajadores, un 55%, considera que el trabajo le permite desarrollar sus habilidades siempre, mientras que el 35% piensa que puede desarrollar sus habilidades a veces y algo menos del 10% que no puede hacerlo nunca.

Por último, en la percepción del perjuicio que tiene el trabajo para la salud, el porcentaje de los trabajadores que considera que nunca es perjudicial es casi del 48%, similar los que consideran que es perjudicial a veces (un 47%). Por otro lado, un 4% cree que el trabajo siempre resulta perjudicial para su salud.

Si analizamos esta pregunta por puestos de trabajo nos encontramos que en los **puestos de agua** el porcentaje de trabajadores que perciben su trabajo como siempre agotador es del 0%,

mientras que lo perciben agotador a veces es del 85%, bastante por encima de la media global de todos los puestos.

Frecuencia con que su trabajo es: (puestos de agua)



El trabajo lo considera siempre monótono, debido a su poca motivación, un porcentaje algo más elevado que la media de todos los puestos, un 12,5% de trabajadores, un 59% solo lo consideran monótono a veces y un 28% nunca lo consideran monótono.

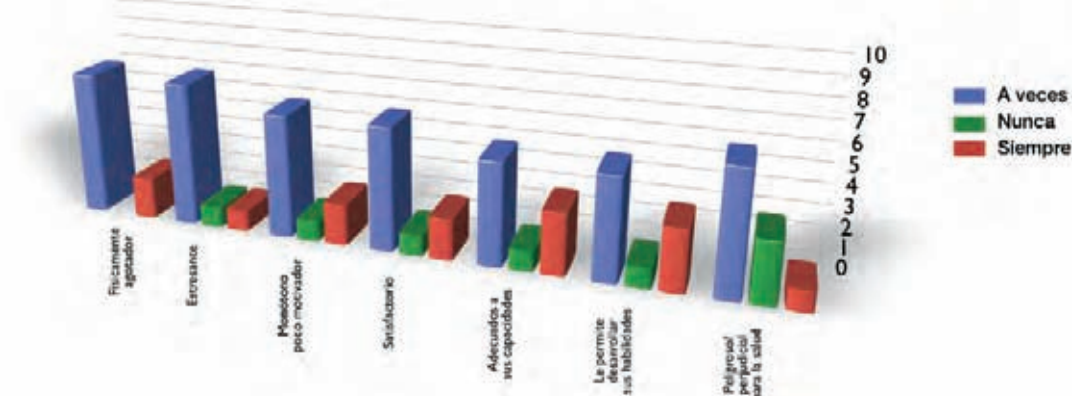
En el grado de satisfacción del trabajo que desarrollan también apreciamos diferencias respecto a la media global. En el caso de los trabajadores que desarrollan su actividad en instalaciones acuáticas, el 13,6% siempre lo consideran satisfactorio frente al 44% global. Un 63,6% lo encuentran satisfactorio a veces, porcentaje algo más elevado que el global y el 22% nunca lo consideran satisfactorio, porcentaje cuatro veces superior al conjunto de todos los encuestados (el 5%).

En cuanto a la adecuación del trabajo a las capacidades del trabajador que lo desempeña, un porcentaje del 17% piensa que el trabajo no es adecuado a su capacidad, un 38% cree que es adecuado a veces y un 44,8% considera que el trabajo que desempeña es adecuado a sus capacidades.

El porcentaje de trabajadores de puestos de agua que cree que el trabajo que desarrolla puede ser perjudicial para su salud es 7 veces superior a la media. Un 30% de los trabajadores tienen la percepción que la actividad que desarrollan puede perjudicar a su salud, frente al 4% global. Sólo un 28% cree que la actividad desempeñada nunca es perjudicial para su salud.

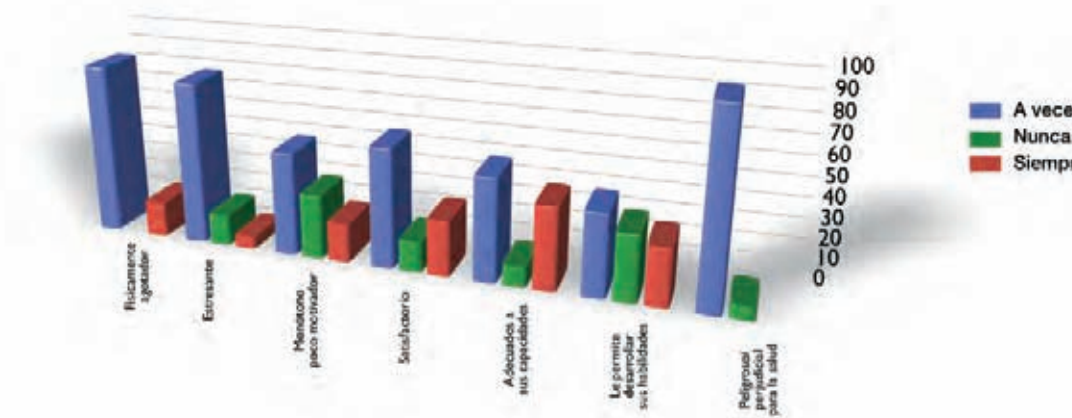
En el caso de **fisioterapeutas y masajistas**, casi una quinta parte de los encuestados considera su actividad es siempre agotadora y que el trabajo es monótono o poco motivador. Sólo un tercio de los encuestados considera que el trabajo es adecuado a sus capacidades y que le permite desarrollar sus habilidades. En cuanto a la percepción de peligro o perjuicio para su salud, en este colectivo es mayor que en el global de trabajadores encuestados.

Frecuencia con que su trabajo es: (fisioterapeutas y masajistas)



En el **puesto de mantenimiento** podemos destacar, por sus diferencias respecto al global, los siguientes resultados:

Frecuencia con que su trabajo es: (mantenimiento)



Los trabajadores de este puesto de trabajo perciben su actividad más agotadora que el conjunto de los trabajadores (ninguno de los trabajadores encuestados considera que "nunca es físicamente agotador su trabajo", mientras que el porcentaje de los que consideran que es siempre agotador asciende a un 16,6%). Por el contrario la consideran ligeramente menos estresante.

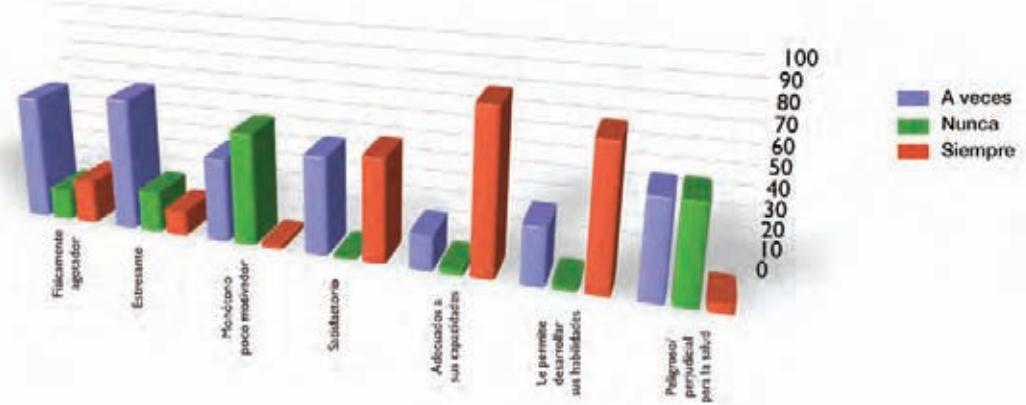
Respecto a si su trabajo es adecuado a sus capacidades, los porcentajes también difieren del global, sobre todo en los que consideran que siempre es adecuado que se reduce bastante. Mientras en el global de los puestos, el 67% consideraba que su trabajo era siempre adecuado a sus capacidades, entre el personal de mantenimiento este porcentaje se reduce al 38,8%. Por otro lado, los que consideran que es adecuado a veces suponen el doble del global, un 50% mantenimiento frente al 25% global.

Sobre si su trabajo le permite desarrollar sus habilidades, en este grupo de trabajadores aumenta el porcentaje de los que creen que nunca les permite desarrollar sus habilidades respecto al total de trabajadores y se reduce a la mitad el porcentaje de los que opinan que siempre se lo permite.

Sobre si su trabajo es peligroso o perjudicial para su salud la gran mayoría (un 94,4%) considera que es peligroso a veces y ningún trabajador considera que sea siempre peligroso.

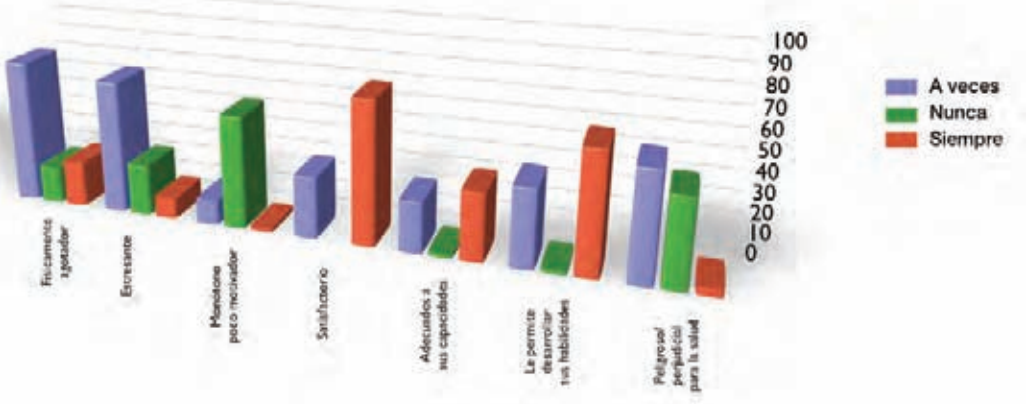
En el puesto de **monitor de actividades específicas**, se aprecian diferencias significativas en la pregunta de si considera su actividad adecuada a sus capacidades. Un 79% de los trabajadores considera que siempre es adecuada, frente a la respuesta global que rebajaba ese porcentaje hasta el 67%. La consideración de que el trabajo le permite desarrollar sus habilidades también es superior a la del total de los encuestados. Por otro lado cerca del 22% considera que su trabajo es siempre físicamente agotador y casi un 14% que es siempre estresante.

**Frecuencia con que su trabajo es: (monitor de actividades específicas)**



En **monitores de actividades multidisciplinares**, se observa un elevado grado de satisfacción de los trabajadores (el 70% está siempre satisfecho), así como una elevada adecuación a sus capacidades. Por otro lado un 22% considera su trabajo siempre agotador y un 10% siempre estresante.

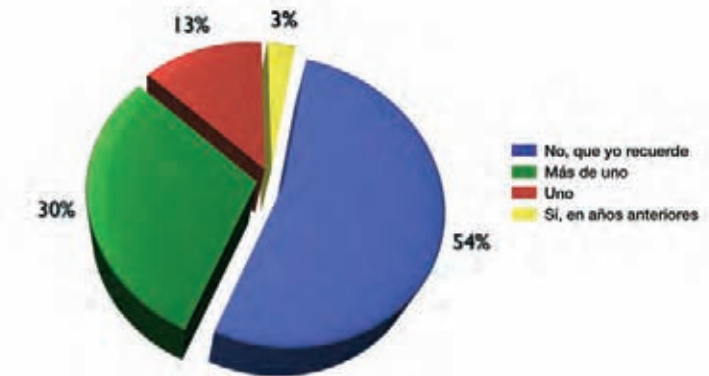
**Frecuencia con que su trabajo es: (monitor de actividades multidisciplinares)**



**Accidentes y lesiones**

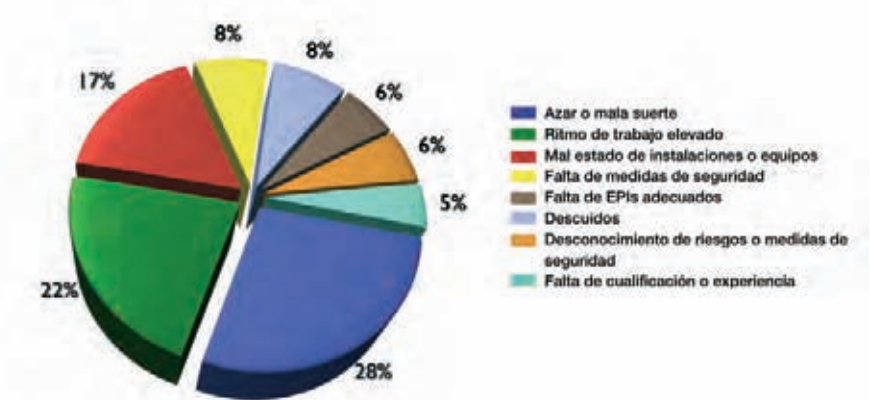
Algo más de la mitad de los trabajadores (un 53%) no recuerda que se hayan producido accidentes o lesiones que afectasen a algún trabajador de su centro de trabajo en el último año, mientras que un 30% recuerda que se haya producido uno y un 13% más de uno.

**¿Recuerda si se han producido accidentes o lesiones en su centro de trabajo en el último año?**



Si se ha producido algún accidente o alguna lesión, esta ha sido mayoritariamente debido a la mala suerte (28%), al ritmo elevado de trabajo marcado en determinados momentos (22%) o al mal estado de las instalaciones (17%).

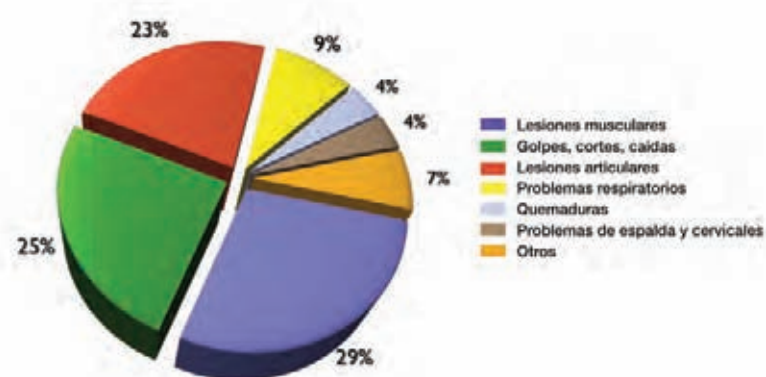
**¿Cual considera que fue la causa de los accidentes o lesiones?**



En lo que se refiere a los distintos puestos de trabajo, los **monitores de actividades específicas** dan una explicación similar a la del total de trabajadores y los **monitores de actividades multidisciplinares** dan mayor importancia al mal estado de las instalaciones que al ritmo de trabajo (21 y 14% respectivamente). En **puestos de agua** se destaca en primer lugar el elevado ritmo de trabajo (23%), seguido del mal estado de las instalaciones (20%) y del azar o mala suerte (16%). En **mantenimiento** sobresale claramente el mal estado de las instalaciones (40%), seguido del azar o mala suerte (20%) y del ritmo de trabajo elevado y falta de medidas de se-

guridad (ambos con 13%). Los **fisioterapeutas y masajistas** dan mayor importancia como causa de accidentes y lesiones al elevado ritmo de trabajo, al mal estado de las instalaciones y a la falta de cualificación de los trabajadores, minimizando la incidencia del azar. Finalmente, el **personal de atención al público y recepción**, considera que las principales causas están relacionadas con el azar o mala suerte (38%) y con el mal estado de las instalaciones (22%), seguidos por las distracciones y descuidos (11%).

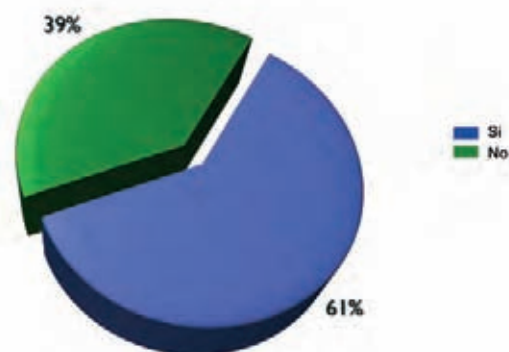
**Consecuencias de los accidentes y tipos de lesiones producidas**



Por lo que se refiere a las consecuencias de los accidentes y el tipo de lesiones producidas en el centro, según los trabajadores encuestados la mayor parte son lesiones musculares (29%), seguidas de golpes, cortes y caídas (25%), lesiones articulares (23%), problemas respiratorios (9%), quemaduras (4%), problemas de espalda y cervicales (4%), así como infecciones por hongos, alergias, insolaciones, lesiones oculares o dolor de cabeza en menor proporción.

A la pregunta de si han sufrido ellos mismos algún accidente, lesión o problema de salud relacionado con su trabajo a lo largo de su vida profesional, del total de trabajadores encuestados, el 52% afirma que no y un 48% que sí. De estos últimos, el 61% manifiesta haberse recuperado totalmente de las mismas y el 39% no haberlo hecho.

**¿Ha sufrido algún accidente o lesión relacionado con su trabajo a lo largo de su vida laboral?**



Por puestos de trabajo, los **monitores de actividades multidisciplinares** afirman haber sufrido lesiones o accidentes relacionados con su trabajo en mayor grado que los **monitores de actividades específicas** (65% y 53% respectivamente) y en ambos casos se supera el porcentaje del total de los encuestados. Además, los monitores de actividades específicas parecen recuperarse mejor de estas lesiones (69% se han recuperado totalmente, frente al 58% de los monitores de actividades multidisciplinares). Estos datos reflejan que la multidisciplinaridad implica un mayor riesgo de lesión y una mayor dificultad para la recuperación de las mismas.

Los trabajadores de **puestos de agua** manifiestan haber sufrido accidentes o lesiones en un 61%, habiéndose recuperado totalmente sólo en un 53% de los casos.

Los trabajadores de **mantenimiento** son los que más accidentes o lesiones han sufrido con un 79%, sin embargo, también son los que presentan un mayor grado de recuperación ya que un 87% se ha recuperado totalmente.

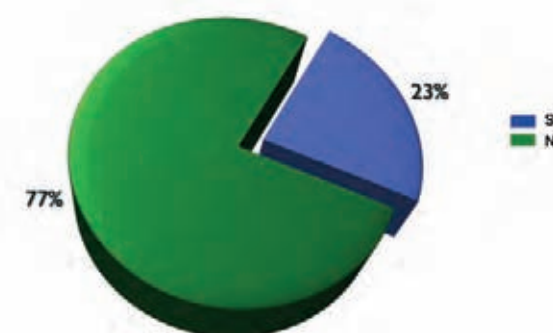
Entre los **fisioterapeutas y masajistas** encuestados se producen en proporción menos lesiones o accidentes relacionados con el trabajo (sólo un tercio) aunque de ellos ninguno afirma haberse recuperado totalmente.

Por último en los puestos de **atención al cliente y recepción** se observa un bajo porcentaje de accidentes y lesiones (35%), aunque también un grado bajo de recuperación (43%).

**Salud**

A la pregunta de si han sufrido alguna baja por incapacidad temporal (I.T.) en el último año, el 77% de los encuestados indica que no ha tenido ninguna baja mientras que el 23% sí que ha sufrido alguna baja por incapacidad laboral en el último año.

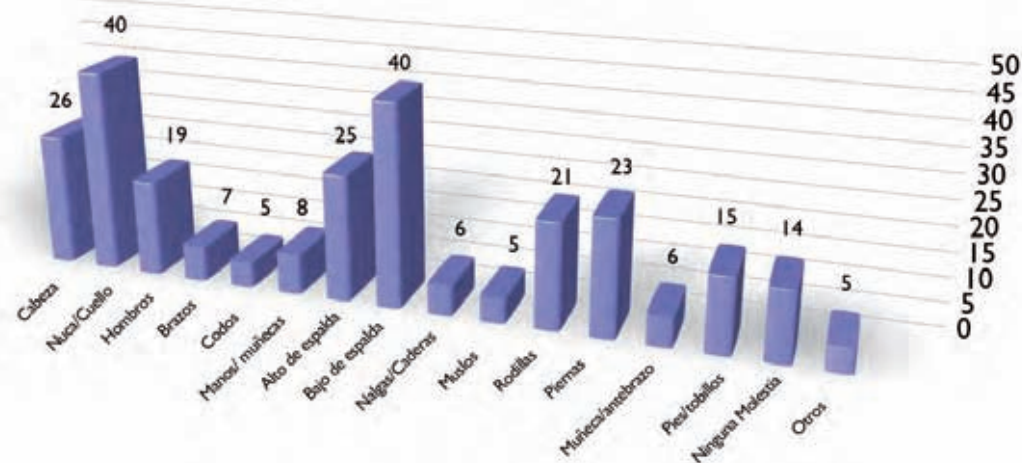
**¿Ha sufrido alguna baja por I.T. en el último año?**



Entre los distintos puestos de trabajo, son los monitores de actividades multidisciplinares y los trabajadores de puestos de mantenimiento los que dicen haber sufrido más bajas (un 32% en ambos casos), seguidos de los de atención al cliente y recepción (26%). Los monitores de actividades específicas, por el contrario, son los que manifiestan haber sufrido menos bajas (sólo un 12%), con lo que se vuelve a reflejar el menor riesgo de este tipo de monitores frente a los multidisciplinares.

Cuando se les pregunta si sufren con frecuencia algún síntoma específico o molestia durante el desarrollo de su trabajo en las distintas partes del cuerpo, se observa que las principales molestias que sufren los trabajadores de los gimnasios se localizan en la zona que abarca desde la cabeza hasta la parte baja de la espalda: Un 40% de los encuestados manifiesta tener molestias en la parte baja de la espalda, al igual que en la zona de la nuca y cuello (40%), después va la cabeza (26%) y la parte alta de la espalda (25%). En esta pregunta el trabajador podía contestar varios ítems, por lo tanto como se verá la suma de los porcentajes no es el 100% de los casos, ya que es una pregunta de respuestas múltiples.

**Durante el desempeño de su trabajo ¿Sufre con frecuencia algún síntoma o molestia en...?**



Otro grupo de zonas corporales donde se detectan molestias en mayor medida sería la de los miembros inferiores: rodillas (21% de los encuestados), piernas (23%) y pies (15%) que son las zonas del cuerpo que sufren importantes movimientos e impactos repetitivos derivados de la realización del ejercicio físico.

Por último, los miembros superiores, cadera y muslos son referidos por los trabajadores en un porcentaje igual o menor al 10%.

Cabe destacar también que un 14% del total de los trabajadores encuestados manifiesta no sentir con frecuencia ninguna molestia en el desempeño de su trabajo.

En los puestos de trabajo de **monitores de actividades específicas y multidisciplinarios** predominan las molestias en la parte baja de la espalda (31 y 45%), seguidas de las de nuca/cuello (26 y 35%) y las rodillas (25 y 33%). Por detrás irían las molestias en la parte alta de la espalda y los pies y tobillos. Como diferencia, comentar que en el caso de monitores de actividades multidisciplinarios dicen sufrir molestias en brazos, codos, muñecas y antebrazos en mayor proporción que los de actividades específicas (alrededor de un 10%).

Entre los trabajadores de **puestos de agua** se puede ver la relación entre la actividad desarrollada y las molestias sufridas a lo largo de la jornada de trabajo. Estos trabajadores indican que sufren molestias fundamentalmente en las rodillas (38%), baja espalda (28%), nuca/cuello (28%), cabeza (25%) y piernas (22%).

Los trabajadores de **mantenimiento** realizan trabajos en posturas forzadas y a menudo tienen que transportar o manipular cargas pesadas o permanecer parte de su jornada de pie, lo que queda reflejado en las zonas del cuerpo señaladas como aquellas en las que más molestias sufren a lo largo de la jornada. Así pues, la zona de la nuca/cuello produce molestias a un 42% de los trabajadores, la espalda (tanto parte alta como parte baja) a un 37%, los brazos a un 32% y tanto las manos y muñecas como la cabeza a un 21%.

Las partes del cuerpo donde sienten más molestias los trabajadores de **atención al cliente y recepción**, durante el desempeño de su jornada, están claramente relacionadas con la postura sedentaria y el trabajo con ordenadores. El 58% de los trabajadores de atención al cliente y recepción encuestados dicen sufrir molestias en la nuca/cuello, seguido de la parte baja de la espalda (47%), cabeza (42%), piernas (33%) y parte alta de la espalda (30%).

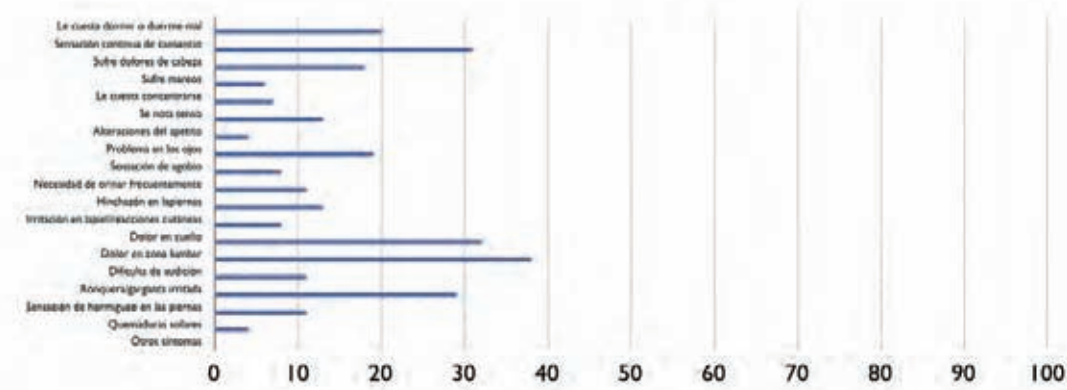
Por último, en el puesto de **fisioterapeutas y masajistas** también se ve una clara relación de las zonas del cuerpo en las que sufre más molestias a lo largo de su jornada y la postura de trabajo. Esta postura es una postura forzada y repetida a lo largo de la jornada laboral. Es por eso que la mayor parte de estos trabajadores indican que sufren molestias en nuca y cuello así como en las manos y muñecas. También refieren molestias en la parte alta de la espalda y, algo menos de la mitad de los encuestados dicen sufrir molestias en hombros, parte baja de la espalda y en la zona de la muñeca-antebrazos.

Llama la atención en cuanto a la percepción de molestias durante el desarrollo de su trabajo que los monitores y los trabajadores de puestos de agua (entre los cuáles algunos son también monitores) son los que en mayor grado afirman no sentir ninguna molestia en el desempeño de su trabajo (alrededor del 20%), mientras que entre los fisioterapeutas y los trabajadores de atención al cliente y recepción ninguno o muy pocos manifiestan no sufrir molestias.

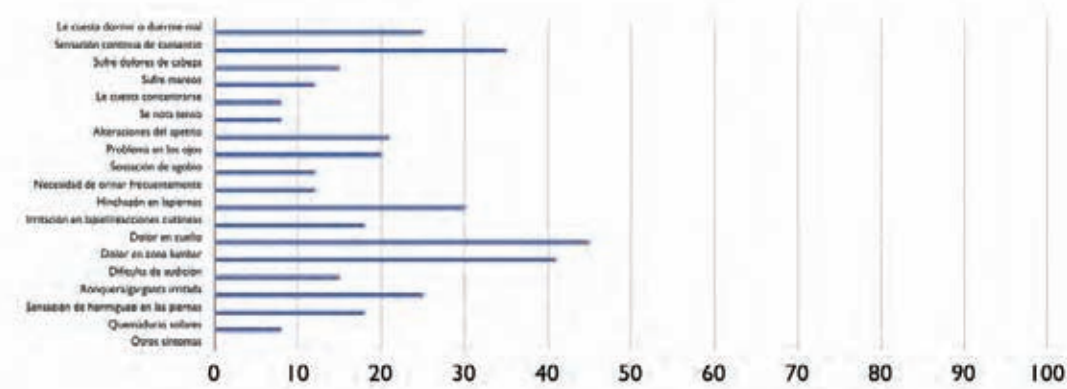
Respecto a la pregunta de si han padecido o sufren con frecuencia algún síntoma como consecuencia del desempeño de su trabajo, se observan los siguientes resultados, expresando el porcentaje de trabajadores de cada puesto que manifiestan padecer cada uno de los síntomas:

En el caso de monitores de actividades específicas y multidisciplinarios, los síntomas que expresan con mayor frecuencia son dolor de cuello, dolor en zona lumbar y sensación continua de cansancio, seguido de sensación de hinchazón en piernas en actividades multidisciplinarias e irritación de garganta en monitores de actividades específicas. Son todos síntomas relacionados con la actividad física intensa desarrollada a lo largo de la jornada laboral y la necesidad de comunicación con los clientes con los que realizan el ejercicio.

¿Padece o ha padecido alguno de los siguientes síntomas? (monitor de actividades específicas)

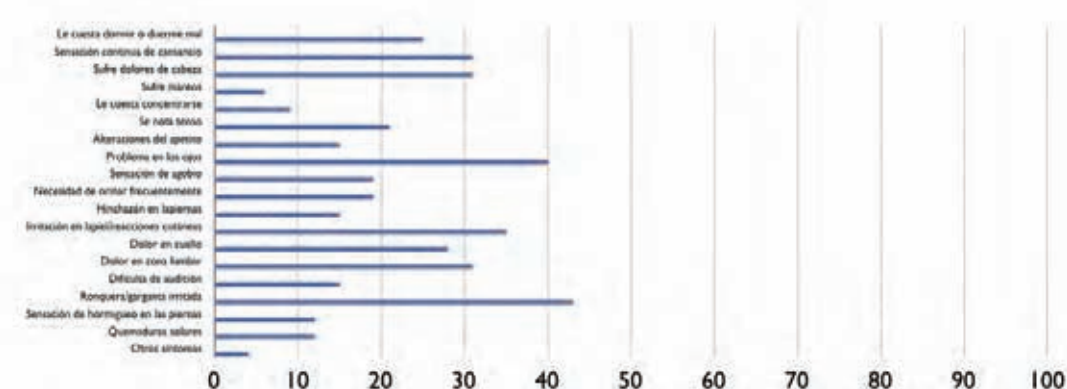


¿Padece o ha padecido alguno de los siguientes síntomas? (monitor de actividades multidisciplinares)



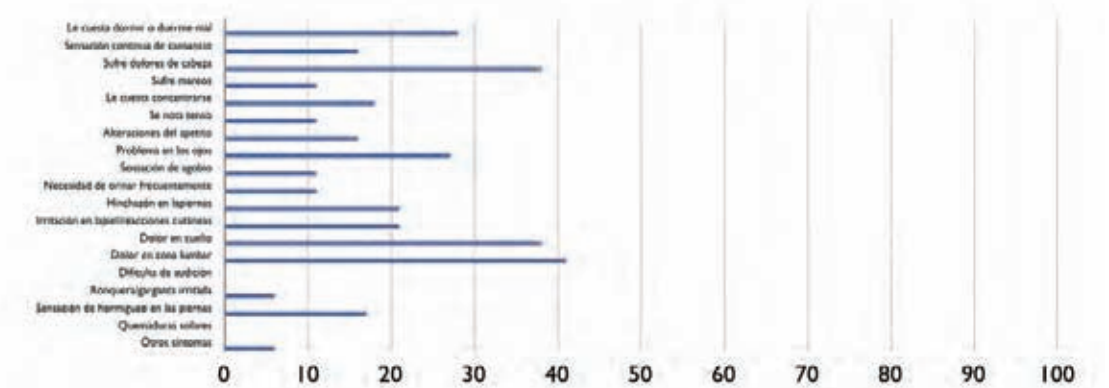
Los trabajadores que desempeñan su trabajo en puestos de agua tienen problemas principalmente de irritación de garganta, ojos e irritaciones o reacciones cutáneas, debidos a los productos químicos de tratamiento del agua, los cambios de pH, posibles infecciones, así como los cambios de temperatura en el caso de la garganta. También indican sensación continua de cansancio, dolores de cabeza y dolor en zona lumbar y cuello.

¿Padece o ha padecido alguno de los siguientes síntomas? (puestos de agua)



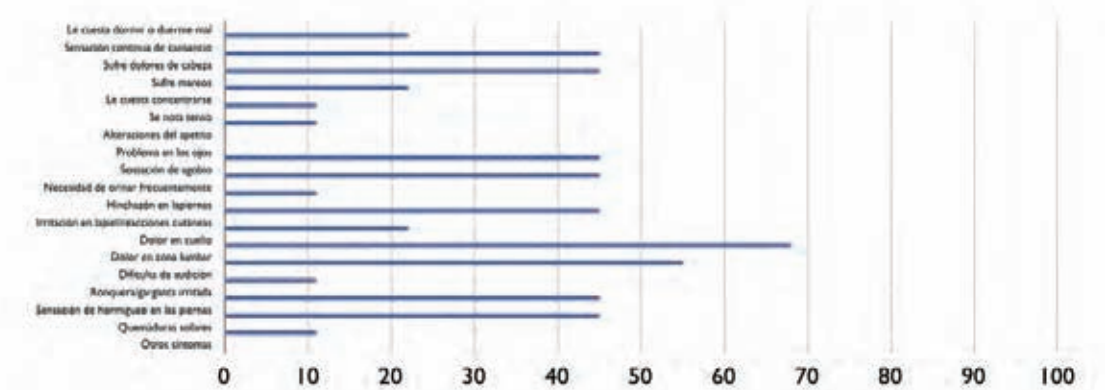
Los trabajadores de mantenimiento, además de dolor en zona lumbar y dolor en el cuello como consecuencia de la adopción de posturas forzadas continuadas y el manejo de cargas, indican que con frecuencia sufren dolores de cabeza. Estos dolores pueden estar relacionados con las condiciones de luz (falta o exceso de luz), ruido o humedad y temperatura excesivas, además de la tensión propia del trabajo, muchas veces sin posibilidad de planificarlo. También padecen dificultad para dormir y problemas oculares.

¿Padece o ha padecido alguno de los siguientes síntomas? (mantenimiento)



Los fisioterapeutas realizan un trabajo que les obliga a mantener unas posturas determinadas durante tiempos prolongados (de pie e inclinados sobre la persona a la que le realiza el masaje). Estas posturas, además, van acompañadas de unos movimientos y fuerza ejercida con manos y brazos. Todo esto está relacionado con algunos de los síntomas que dicen padecer estos trabajadores: dolor de cuello y zona lumbar o sensación de hormigueo e hinchazón en las piernas, aunque también sufren dolores de cabeza, problemas en los ojos y dificultades para dormir.

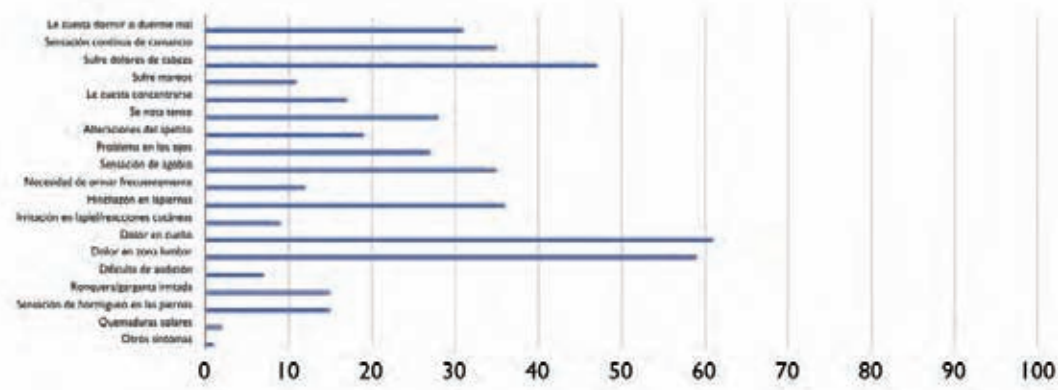
¿Padece o ha padecido alguno de los siguientes síntomas? (fisioterapeutas y masajistas)





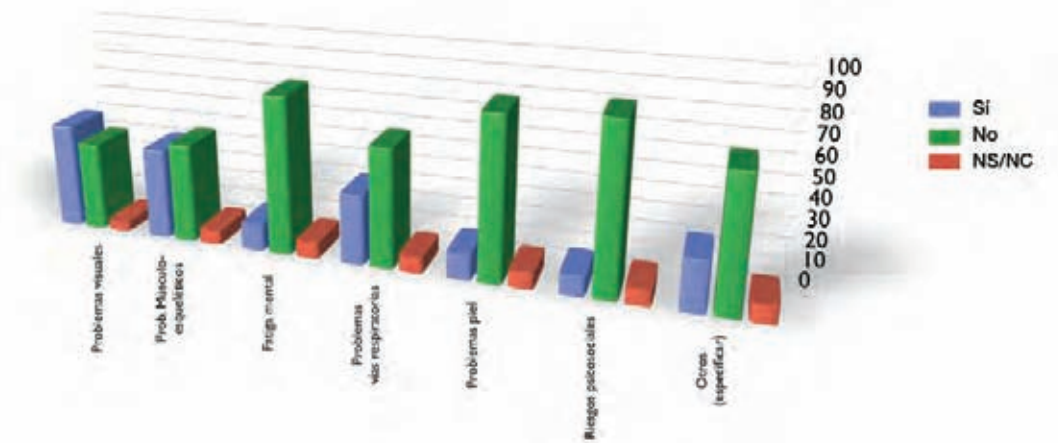
En el puesto de atención al cliente los síntomas que presentan los trabajadores son característicos del uso de ordenadores y la postura sedentaria. Los dolores de cabeza, zona lumbar y cuello son consecuencia de las posturas que, muchas veces de manera incorrecta o por falta de un mobiliario ergonómico y adaptado, se adoptan delante de la pantalla del ordenador. La hinchazón de las piernas puede ser consecuencia del trabajo sedentario que desempeñan.

**¿Padece o ha padecido alguno de los siguientes síntomas? (Atención al cliente y recepción)**



Ante la pregunta de si se les ha realizado algún reconocimiento médico por parte de su empresa en los últimos doce meses, son los problemas visuales (50%), los problemas músculo-esqueléticos (44%) y los de las vías respiratorias (35%) los que en mayor porcentaje hacen referencia los trabajadores. Se ve claramente la relación entre las actividades desempeñadas por los trabajadores con las consultas médicas realizadas. Los problemas visuales se relacionan con la realización del trabajo en ambientes cerrados, con alto grado de humedad, en muchas ocasiones, y con luz artificial. Las mismas causas pueden originar los problemas de las vías respiratorias, junto con la exposición a productos químicos de desinfección. Con la salvedad de los problemas visuales, en el resto de categorías es claramente mayor el porcentaje de trabajadores que afirma que no se le han realizado reconocimientos médicos.

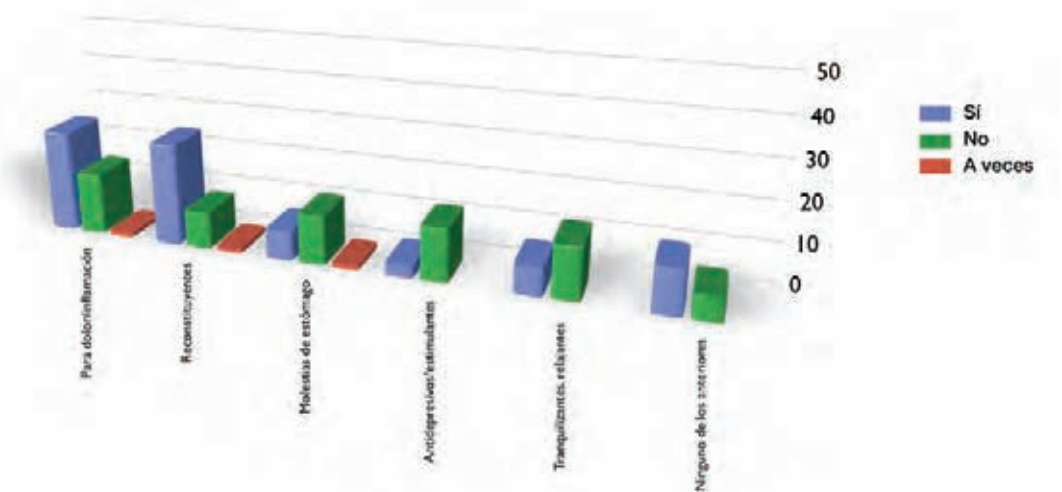
**En los últimos 12 meses ¿se le facilitó algún reconocimiento médico?**



Por otro lado, un 20% del total de los encuestados expresa que no se le ha facilitado ningún reconocimiento médico.

En cuanto a la medicación, en general no se observa un fuerte consumo de medicamentos entre los trabajadores del sector. Sí que se observa, sin embargo, cierta relación con la actividad física y sus dolencias derivadas. Así, el mayor consumo se basa en medicamentos para el dolor o la inflamación y en reconstituyentes.

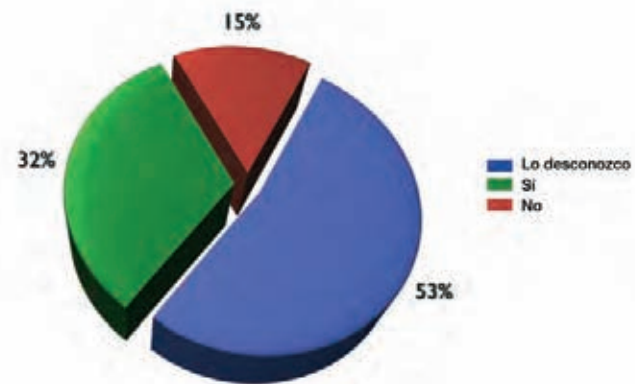
**Toma usted con frecuencia alguno de los siguientes tipos de medicamentos.**



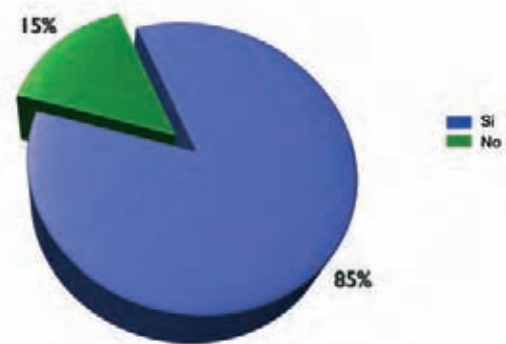
**Participación**

Para terminar, preguntados sobre la existencia y la valoración de la actuación de los delegados de prevención en su empresa, la mayoría de los trabajadores desconoce si existen (un 53%) y sólo un 32% afirma que en su empresa existe la figura del delegado de prevención. Sin embargo, entre los trabajadores que conocen su existencia, un 85% de los encuestados se siente representado por ellos y un 77% valora su actuación como útil y adecuada, mientras que un 13% desconoce su actuación y un 10% la considera poco útil.

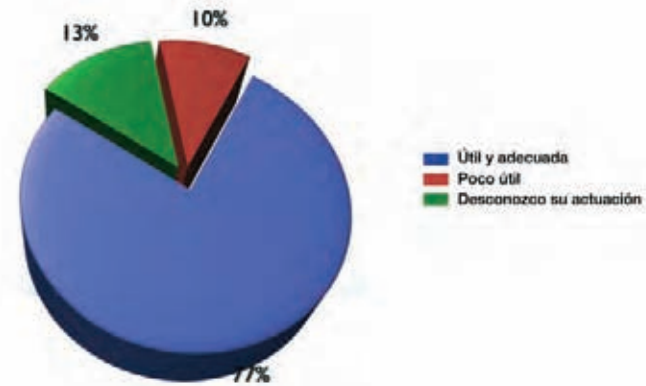
**¿Existen en su empresa Delegados de Prevención?**



**¿Se siente representado por ellos?**



**¿Cómo valora su actuación?**



Observando los resultados generales obtenidos de la encuesta a los trabajadores, se puede realizar una valoración de los mismos que refleja algunos aspectos que resulta interesante destacar.

Previamente, conviene recordar que los porcentajes obtenidos, son el resultado de las encuestas distribuidas y recopiladas entre profesionales de distintos ámbitos geográficos y diferentes categorías profesionales, con el fin de alcanzar una visión del sector deportivo, la más amplia y diversa posible. Si bien es verdad, que el número de personas incluidas en cada una de las seis categorías profesionales analizadas, no están representadas de forma equitativa. Debemos tener presente, que el puesto de trabajo más representado es el de monitor (con una participación del 45% sobre el total), y en menor medida los puestos de fisioterapeutas/masajistas y mantenimiento (toman parte en porcentaje inferior, un 4% y 8%, del total respectivamente).

Los resultados de distribución por edades muestran una población trabajadora joven lo cuál encaja perfectamente con el hecho de que por un lado, el propio sector de actividad es un sector de reciente desarrollo y por otro, que el desempeño de la profesión requiere un esfuerzo físico importante que, en algunas disciplinas, es difícil mantener a largo plazo. Otro hecho relevante que se deduce de la distribución por edades es que tradicionalmente, esta ha sido una actividad laboral con bastante precaria y predominantemente temporal por lo que es más favorable a los grupos de edad más jóvenes. Un ejemplo claro se encuentra en los puestos de socorrismo en los que los trabajadores pertenecen a los grupos de edad más jóvenes, precisamente por la temporalidad del puesto y por la facilidad para compaginarlo con otras actividades como los estudios u otros trabajos.

Desde el punto de vista socio-cultural otro asunto, que se desprende de los datos obtenidos, es el hecho de que según el puesto a desempeñar, varíen los porcentajes de personal masculino y femenino. De forma que el puesto de mantenimiento, sigue siendo un puesto "tradicionalmente masculino". Al igual que los puestos de recepción y atención al cliente, son puestos "típicamente femeninos". Por otro lado, el puesto de fisioterapeuta y masajista, que es una ocupación relativamente "novedosa" en el panorama laboral también está predominantemente ocupado por mujeres.

Haciendo mención a las condiciones laborales, un aspecto a destacar sería la temporalidad del trabajo (aproximadamente la mitad de los trabajadores tienen contratos temporales, a tiempo parcial o por obra y servicio), la baja antigüedad en el puesto (debido nuevamente al reciente desarrollo de este tipo de instalaciones) y el trabajo de buena parte de los trabajadores en días festivos (ya sea de forma regular u ocasional). Además, un número importante de trabajadores dice trabajar más de 40 horas semanales, lo que se puede ver fomentado por el pluriempleo y el cobro por horas que hace a algunos trabajadores alargar sus jornadas laborales. Por otro lado, aunque la mayoría de los encuestados considera su trabajo como una opción profesional a largo plazo, lo que demuestra la profesionalización que ha sufrido el sector, todavía sigue siendo importante la parte de los trabajadores que lo consideran como algo temporal o complementario a otras actividades, hecho que no cambiará totalmente hasta que no se resuelvan los problemas de precariedad laboral y se encuentren soluciones al importante desgaste físico que suponen ciertas actividades.

En lo referente a las instalaciones y equipos de trabajo, los resultados de la encuesta son bastante satisfactorios, ya que la mayoría de los trabajadores considera que son adecuados y que reúnen las condiciones de seguridad necesarias. El mayor problema en este sentido se daría en las instalaciones acuáticas y en la maquinaria utilizada ya que son precisamente los puestos de agua y de mantenimiento los menos contentos con estos aspectos.

Respecto a la percepción del trabajo, en general se considera satisfactorio y adecuado a las capacidades del trabajador, si bien no hay que olvidar que un buen número de trabajadores lo considera, en ocasiones, estresante y físicamente agotador. Aunque no hay una percepción de alta peligrosidad para la seguridad y la salud, algunos trabajadores opinan que sí puede ser peligroso a veces y unos pocos que siempre lo es, siendo los puestos de agua los que perciben mayor peligrosidad. Por otro lado hay que señalar que los monitores de actividades, a pesar de que reconocen cierto agotamiento físico en su actividad, valoran en mayor medida el grado de satisfacción, la adecuación a sus capacidades y la posibilidad de desarrollar sus habilidades.

En cuanto a la siniestralidad, pese a no ser muy elevada, casi la mitad de los trabajadores admite haber sufrido algún accidente o lesión relacionado con trabajo. Entre las razones de las mismas se da mucha importancia al azar, quizá por la falta de cultura preventiva, aunque también al elevado ritmo de trabajo y al mal estado de las instalaciones o equipos, factores en los que es necesario incidir para reducir dichos accidentes. Entre las consecuencias de los accidentes se destacan las previsible del sector en el que nos encontramos: lesiones musculares y articulares, golpes, cortes y caídas. Hay que mencionar aquí como hecho a tener en cuenta que en un porcentaje importante de los casos, los trabajadores no se han recuperado completamente de las lesiones producidas. Esto podría estar relacionado con la precariedad de las condiciones laborales que, hace que los trabajadores sigan realizando su actividad aunque disminuyendo la actividad, en lugar de estar de baja y esperar a recuperarse plenamente, especialmente si trabajan y cobran por horas.

Por lo que se refiere a la vigilancia de la salud Además de la finalidad individual, detección precoz de posibles problemas de la salud, adaptación de la tarea a las necesidades del trabajador, etc. Es un asunto relevante desde el punto de vista de colectivo de la empresa, para establecer prioridades en la actuación en materia de prevención. Entre los reconocimientos médicos, que más se realizan están los relacionados con problemas visuales, músculo-esqueléticos, y de las vías respiratorias, lo que se adapta a los riesgos de la actividad. Sin embargo el porcentaje de trabajadores que afirman que se les han facilitado estos reconocimientos médicos es muy bajo y una quinta parte afirma que no se le ha facilitado ningún tipo de reconocimiento. Dato preocupante, si se tiene en cuenta, por un lado que es obligación por parte del empresario el ofrecerlo y, por otro, la utilidad que proporciona en materia preventiva, tanto individual como colectiva, la realización de los mismos.

Finalmente, otro aspecto negativo en cuanto a la valoración de la implantación de la actuación preventiva que se extrae de las encuestas realizadas son las deficiencias en cuanto a participación y consulta de los trabajadores. La mayoría de los trabajadores desconoce si existe delegado de prevención en su empresa, y sólo una tercera parte afirma que sí existe. No obstante como punto positivo hay que señalar que cuando existen su papel es satisfactorio, valorándose positivamente por el resto de trabajadores.

## VISIÓN DE LOS TÉCNICOS Y RESPONSABLES:

Con objeto de conocer la visión que tienen los técnicos y responsables en materia de prevención de riesgos laborales del sector de la actividad física y la salud se han realizado 7 entrevistas a personal implicado en la gestión de la seguridad y salud en el trabajo en los diferentes centros visitados (entre ellos gerentes, técnicos de prevención de riesgos y coordinadores de actividades con formación en prevención de riesgos laborales).

A continuación se detalla la información más relevante extraída de las entrevistas realizadas:

### Descripción de medios humanos y materiales:

En primer lugar, mencionar que de las 7 personas entrevistadas 4 pertenecen a instalaciones de gestión privada y 3 a instalaciones públicas, existiendo por lo tanto grandes diferencias entre unas y otras en lo que respecta a medios humanos y materiales y a las dimensiones de los mismos.

En los centros privados, las instalaciones son en todos los casos bastante modernas y en 2 de ellos están asociadas a hoteles. Son instalaciones de tamaño mediano o grande, ubicadas en edificios o locales independientes (excepto las asociadas a hoteles). Todas ellas cuentan con sala de ejercicio cardiovascular, sala de musculación, sala ciclo indoor, salas para clases colectivas y zona de Spa. Todas menos una tienen además piscina climatizada. Algunos de los centros tienen también pistas de pádel, squash y tenis. Además, las más grandes tienen servicios complementarios como guardería, peluquería, cafetería o tienda.

En los centros públicos las instalaciones son de mayores dimensiones incluyendo además de las salas de ejercicio, pistas exteriores polideportivas, así como de atletismo y fútbol, y en una de ellas piscinas exteriores. Lo que no tienen en este caso es zona de Spa.

En cuanto a los medios humanos hay bastantes diferencias de unos centros a otros, encontrando desde alrededor de 15 personas en el centro más pequeño, hasta alrededor de 150 en las instalaciones más grandes y de ámbito municipal durante la temporada de verano (debido a la existencia de piscinas al aire libre en las mismas).

En cuanto a la situación laboral de los trabajadores, en general en los centros privados compaginan la presencia de trabajadores fijos a jornada completa (entrenadores y monitores de sala, socorristas y personal de mantenimiento y recepción) con personal contratado por horas como apoyo de los mismos o para la realización de determinadas clases colectivas, así como algunos socorristas y los fisioterapeutas, masajistas y médicos que suelen trabajar a tiempo parcial en estos centros.

*"Clases colectivas generalmente más a tiempo parcial. Coges a un monitor que sea experto en pilates y no tienes, claro, 8 horas para ellos entonces se le contrata a tiempo parcial, 2-3 horas. Normalmente son contratos de septiembre a junio."*

Por lo que respecta a los centros públicos, el personal fijo suele ser el de recepción, mantenimiento y personal sanitario que es común a otras instalaciones no necesariamente ligadas

con la actividad física y la salud. En el caso de los monitores y entrenadores, suelen ser autónomos o miembros de asociaciones o clubes deportivos y los socorristas, quitando unos pocos que son fijos, suelen ser de contratación temporal.

Por lo que respecta a los servicios ofrecidos la base es la realización de ejercicio físico, ya sea de manera individual en las salas de fitness o musculación (bajo la supervisión y asesoramiento de los monitores o entrenadores) o de manera colectiva. Respecto a las clases colectivas, existe una gran variedad, algunas de ellas con importantes componentes de relajación o entretenimiento (aerobic, step, body pump, aquagym, ciclo indoor, batuka, capoeira, pilates, yoga, tai-chi, bailes diversos, etc. Estas actividades se combinan con el uso de las instalaciones acuáticas (piscina, saunas y Spa), pistas de deportes de raqueta, así como servicios terapéuticos (fisioterapia, masajes, asesoramiento médico y dietético) y estéticos (peluquería y tratamientos de belleza). Los centros públicos, sin embargo, se centran más en la actividad física y deportiva, destacando como aspecto diferencial de los mismos la celebración de competiciones y campeonatos deportivos organizados por asociaciones y clubes deportivos de diversa índole.

Por lo que respecta a las funciones de los trabajadores, en el caso de los monitores de centros privados, se procura que tengan un perfil polivalente, para que puedan realizar el trabajo de supervisión y seguimiento de la actividad de clientes y usuarios en las salas de ejercicio, impartir algunas clases colectivas y, en ocasiones, ejercer de socorristas en determinados momentos.

#### Percepción de la prevención de riesgos:

El análisis de las entrevistas realizadas, refleja una distinta percepción en lo que a prevención de riesgos laborales se refiere.

Por lo general se considera como algo positivo aunque se reconoce que no siempre se le da la importancia que debería, principalmente por falta de información. La profesionalización del sector ayuda a tener cada vez más en cuenta la prevención de riesgos laborales entre las actividades de gestión de los centros, especialmente en los de mayor tamaño y mayor diversidad de servicios. Sin embargo, alguno de los entrevistados cree que la prevención de riesgos es una imposición más que no responde a unas necesidades reales ya que los riesgos derivados de esta actividad son mínimos, al menos en los centros más pequeños y gimnasios "de barrio". Varios de los entrevistados coinciden en que falta concienciación al respecto.

*"La seguridad en muchos centros brilla por su ausencia, pero a veces por falta de profesionalidad e información preventiva... más bien por falta de información".*

*"Es necesario incluir la prevención de riesgos y la vigilancia de la salud en los presupuestos."*

*"A nivel general pienso que es bajo, pero es por mentalización, no tenemos educación preventiva."*

*"Falta de concienciación. La Ley de PRL se empezó a aplicar en el 2000, pero aún así las empresas muchas veces no tienen información. Lo que quieren es tener la documentación de prevención en estado aceptable según el criterio de la inspección. El contrato de prevención con un SPA, la evaluación de riesgos..."*

En cuanto a la modalidad preventiva, lo habitual es el contrato con un servicio de prevención ajeno, en el caso de los centros privados, y la existencia de un servicio de prevención propio, en el caso de los centros públicos. Sobre los servicios de prevención ajenos hay diversidad de opiniones. Dos de los entrevistados comentan que el servicio de prevención ajeno les informa de todos los requisitos que deben cumplir, realizan labores de formación de todo el personal y les asesoran cuando se realizan cambios en las instalaciones que puedan afectar a las condiciones de seguridad en las mismas. Otro de los entrevistados, quitando algún curso de formación en emergencias y primeros auxilios, desconoce los detalles de la actividad que realiza el servicio de prevención ajeno. Respecto a los centros públicos, algunos de los entrevistados consideran que hay muchas carencias preventivas porque no hay miedo a la inspección. Normalmente, el nivel de interés y concienciación de los técnicos es alto, pero se encuentran con las dificultades derivadas de la lentitud de las administraciones públicas a la hora de actuar e implantar la gestión preventiva. Las acciones preventivas suelen ser genéricas y basadas en la seguridad, no hay una especificidad para las instalaciones y actividades deportivas.

*"También influye mucho la profesionalidad de los servicios de prevención ajenos, con el boom de la prevención hay mucho marrullero por ahí".*

*"Bastante mal, ahora mismo a nivel público hay pocas cosas, empiezan a funcionar ahora. Las instalaciones deportivas están perdidas"*

*El grado de interés y concienciación por parte de trabajadores y empresarios también se percibe de manera diferente por los entrevistados.*

*"Yo también dependo de mi cuerpo, si me lesiono, mañana no puedo dar las clases y dejo de interesar a la empresa... ahí el trabajador yo creo que tiene una alta concienciación."*

*"El interés del trabajador es bajo, no perciben que haya un interés real por parte de la empresa."*

*"El interés lo tienen, a nivel de gestión, de implantación, pero eso depende de la política de cada empresa. Si la gerencia sólo quiere cubrir el expediente, los trabajadores nunca van a participar."*

Por lo que se refiere a la aplicación de los requisitos preventivos, los entrevistados pertenecientes a centros de grandes dimensiones con un servicio de prevención ajeno contratado, afirman cumplir adecuadamente con la integración de la actividad preventiva, con la aplicación del plan de prevención de riesgos laborales, la evaluación de los puestos de trabajo, la existencia de delegados de prevención y la vigilancia de la salud. Si bien, también consideran que hay aspectos por mejorar. En los centros públicos, en general comentan que se está empezando, pero todavía hay mucho por hacer.

Como consecuencia de las entrevistas realizadas, se observa que el aspecto más implantado a nivel de prevención de riesgos es todo lo relacionado con emergencias, primeros auxilios y actuación en caso de incendios; tanto en lo que se refiere a señalización y sistemas de protección, como en formación reparto de funciones y establecimiento de procedimientos de actuación. Por el contrario, los aspectos ergonómicos se tratan parcialmente en las evaluaciones de riesgos

(posturas de trabajo, manejo de cargas...) y los psicosociales apenas se tratan.

La coordinación con subcontratas o trabajadores autónomos, en general no está regulada por procedimientos específicos, aunque la persona al cargo de la prevención está al tanto de sus actuaciones cuando están trabajando en el centro. En un caso, sí que se menciona específicamente que se exige a todas las subcontratas que los trabajadores estén dados de alta adecuadamente, que tengan hecha la evaluación de riesgos y que se realice la vigilancia de la salud. En las instalaciones públicas, en uno de los casos mencionan que algunas veces es difícil porque no se incluye como requisito en los concursos de adjudicación. Además, se producen ciertas condiciones un tanto irregulares porque se ceden las instalaciones a asociaciones y clubes deportivos para llevar a cabo actividades sin que haya un contrato establecido.

La existencia de trabajadores especialmente sensibles, según los entrevistados no es frecuente. En algún caso sí comentan que se ha producido algún tipo de alergia o irritación, sobre todo en puestos de agua, pero que se ha cambiado alguno de los productos utilizados y no ha habido más problemas.

En lo relativo a posibles dificultades o problemática para la aplicación de la normativa de prevención de riesgos se mencionan las inversiones necesarias para garantizar la seguridad de las instalaciones, la dificultad de evaluar los riesgos de determinados puestos como monitores de deportes específicos, la dificultad para controlar la carga de trabajo (en ocasiones el trabajador quiere trabajar más para ganar más, trabaja en varios centros o realiza actividades deportivas en su tiempo libre que se suman a la carga de trabajo), así como la necesidad de utilizar EPIs no adaptados para condiciones de alta temperatura y humedad. Otro problema importante es la corta esperanza de vida laboral de los profesionales dedicados a la actividad física, debido al desgaste que supone. Aunque algunos de los entrevistados señalan que cada vez hay más trabajadores de edad media o avanzada que continúan en activo, en general hay consenso de que un monitor a partir de los 35 años está bastante machacado por problemas de tobillos, rodillas y cadera, y sin embargo estas afecciones no se consideran enfermedad profesional.

*"La carga de trabajo es un tema difícil de medir y es difícil que el trabajador acepte reducirla, porque todos quieren ganar dinero"*

*"Un monitor, su vida útil son 30 años. A los 35-40 años olvídate del monitor porque está hecho polvo de tobillos, de rodillas, de caderas..."*

*"A los 35 años cualquiera de los monitores de aeróbicos tendrían que tener la invalidez para el trabajo habitual"*

*"Eso ha cambiado...la gente se toma este trabajo como algo para toda la vida por lo que te cuidas, tratas de llevar una vida lo más ordenada posible y te gusta lo que haces. Si tienes una buena ejecución técnica puedes durar todo el tiempo que quieras. Tenemos monitores por encima de 40 años"*

### Riesgos:

En términos generales los entrevistados consideran que los posibles riesgos derivados de su actividad son bajos, aunque hay algunos temas que es importante controlar.

Entre los puestos de trabajo de mayor riesgo destacan los puestos de **mantenimiento y limpieza** sobre todo cuando hay instalaciones acuáticas, debido a los productos desinfectantes y abrasivos que tienen que utilizar y a la manipulación y manejo de herramientas y maquinaria. Estos riesgos se pueden minimizar mediante la utilización de equipos de protección individual pero en ocasiones son muy incómodos de utilizar debido a las condiciones de alta humedad y temperatura en las que tienen que trabajar. Por otro lado, en la dosificación de productos químicos para el tratamiento del agua se realiza de forma automática para minimizar el contacto con los mismos.

*"Los puestos de trabajo donde más riesgos hay por mi experiencia son los de mantenimiento y limpieza que manejan productos químicos super-abrasivos, hipocloritosódico, ácidos...las desinfecciones aquí se hacen a lo bestia."*

*"Me ocultan que han tenido un accidente laboral porque no se han puesto el EPI, pero claro son señales que se ven... por otra parte, lógicamente, la humedad está en el 70% y es muy difícil llevar el EPI adecuado en todo momento"*

También se destacan los puestos de **monitores y entrenadores**, especialmente de actividades de ejercicio aeróbico como aeróbico, step y ciclo indoor, entre otros, por las altas exigencias físicas y el impacto repetitivo que suponen dichos ejercicios. No obstante, las lesiones deportivas se consideran un riesgo inevitable en muchos casos debido a la mala suerte o el azar. Aunque se reconoce que un entrenamiento y estiramiento apropiado previo a la realización del ejercicio, así como una vuelta a la calma posterior al mismo son esenciales, estas acciones no siempre son suficientes para evitarlas. Además se intenta controlar la carga física intercalando actividades de mayor exigencia física con otras más relajadas, aunque no siempre es posible. Es fundamental contar con instalaciones adecuadas a los distintos tipos de ejercicio como por ejemplo suelos con alta capacidad de amortiguación de impactos. Por otro lado, también es muy importante utilizar una vestimenta y equipamiento adecuado a la actividad y, especialmente en el caso del calzado, vigilar que se encuentre en buenas condiciones. En algunos casos, se menciona la carga mental producida por el esfuerzo que supone el guiar y motivar en la realización del ejercicio a los clientes en las clases colectivas (sobre todo cuando el número de asistentes es muy variable o hay grandes diferencias entre los mismos). Uno de los entrevistados llama la atención sobre el riesgo el uso y abuso de sustancias dopantes o anabolizantes y la importancia de concienciar de sus peligros (en un caso tuvieron que "invitar a marcharse" a un monitor por este motivo). Finalmente, se menciona la exposición al ruido en clases guiadas con música y las afecciones de garganta por la necesidad de alzar la voz de manera continuada.

*"Yo puedo evitar que una persona me dé seis clases al día pero no que además dé clases fuera del centro o vaya a clases de baile porque le gusta. El límite está un poco en la persona y*

*también depende de las actividades, no es lo mismo una clase de pilates o abdominales, que hacer 6 de ciclo indoor seguidos... hay actividades que tienen mayor riesgo que otras, pero a veces es difícil de controlar".*

*"Las rodillas y los tobillos son los que generan mayores problemas porque son dos articulaciones más inestables y que más uso se le dan por ejemplo ciclo indoor, step o actividades con impacto como aerobox o las que incluyan saltos, desplazamientos y movimientos muy repetitivos".*

*"Los pocos accidentes laborales que pueda haber normalmente son esguinces que vienen dados por un mal calentamiento."*

*"Nosotros ofertamos la clase, pero nunca sabes si va a venir alguien a esa clase sobre todo en determinadas horas. Si viene una persona se da la clase pero no es lo mismo, con una persona es mucho más complicado en términos de motivación y de entrar en la dinámica de la actividad, si das muchas clases con muy poca gente te quemas bastante".*

*"En mi sala de fitness no hay máquinas de peso libre con barra suelta, son todo máquinas convergentes con dos brazos independientes y si la persona no llega o no tiene una ejecución correcta la propia máquina le dirige y puede soltar sin que el peso le caiga encima".*

En cuanto a los **puestos de agua** se destaca la exposición a elevados niveles sonoros cuando realizan su trabajo en instalaciones cubiertas, la posibilidad de golpes o caídas, y las irritaciones tanto de las vías respiratorias (por acumulación de cloro en el aire) como de la piel (por los cambios de pH y de las condiciones de humedad), aunque estas últimas son casos excepcionales.

*"En la zona húmeda el mayor riesgo es el pH de la piel o posibles alergias, que cuesta días y ayuda localizar a qué es debido, sale de la piscina como un tomate y a los 20 minutos no tiene nada, pues venga a ver que champú usas, a ver qué crema usas... normalmente suele ser un problema de pH con respecto a la exposición continuada en el agua".*

*"Yo lo que he utilizado es el sentido común, ver el día a día... colocar un suelo antideslizante en los vestuarios cae de cajón, aunque no todo el mundo lo tiene."*

En **atención al cliente y recepción** se mencionan los riesgos ergonómicos y los psicosociales por monotonía de la tarea y atención al público, aunque en general no se considera que sean muy relevantes, siempre que se cuente con un mobiliario y accesorios adecuados (sillas ergonómicas, reposapiés, etc).

#### **Accidentes ocurridos en los centros de trabajo:**

Cuando se pregunta por posibles accidentes o enfermedades profesionales concretos ocurridos en el centro de trabajo, en general la respuesta es que muy pocos, tienen que hacer memoria para recordar alguno. Si se habla del último año, no recuerdan que se hayan producido más de dos o tres accidentes. De ellos casi siempre hay alguno "in itinere" además de algún tirón, esguince, golpes con objetos, alguna infección o algún problema o irritación cutánea. También se habla de lesiones que no se sabe hasta qué punto pueden estar relacionadas con pa-

tologías previas del trabajador. En general cuando se habla de lesiones deportivas de carácter músculo-esqueléticas comentan que son de carácter leve y fortuitas, o debidas a un descuido o un mal calentamiento o preparación para el ejercicio. En un caso se menciona también la rotura de un cable de un aparato de ejercicio que produjo un traumatismo y una brecha en la cabeza. Además uno de los entrevistados menciona un caso curioso, hay una baja por ansiedad de una monitora que es muy dinámica pero que por los hijos tiene que trabajar de mañana y es un turno muy tranquilo, en este caso es difícil de separar lo laboral de lo personal.

*"Ha habido lesiones de condromalacia, que se han curado reposando, reforzando otra vez, casi en el mismo centro, y una monitora estuvo 2 semanas de baja por una sobrecarga del tobillo, del step".*

*"Los monitores pueden tener alguna lesión física propia de la actividad deportiva"*

*"Accidentes in itinere y un par de esguinces de tobillo... por una falta de calentamiento o que simplemente te resbalas porque te ha caído una gota de sudor o cualquier cosa, es totalmente fortuito".*

*"Yo por fortuna en 11 años sólo he tenido un esguince de tobillo leve en una monitora que pisó mal al bajar del step".*

En lo que se refiere a posibles conflictos con respecto al origen laboral o no laboral de los accidentes en ocasiones sí se plantean problemas. Es difícil diferenciarlo en los temas psicosociales, pero también en lesiones musculoesqueléticas ya que muchas veces los monitores entrenan o realizan otras actividades físicas fuera del centro simplemente por entretenimiento. Otras veces pueden deberse a patologías previas que se ven agravadas por el trabajo. En otros casos como infecciones o alergias no se sabe hasta qué punto es una sensibilidad especial del trabajador o una debilidad en un momento dado.

*"Es muy complicado controlar lo que hace un trabajador fuera de su horario, no te van a decir que trabajan en otro sitio... la gente que está por horas no se sabe lo que están haciendo fuera... pueden tener una patología consecuencia de otro trabajo, eso ya ha pasado, y a lo mejor en el otro sitio ni siquiera están dados de alta."*

#### **Salud laboral:**

En cuanto a la realización de reconocimientos médicos la mayor parte de los entrevistados afirman que se realizan anualmente y en general están contentos con los mismos, aunque en algún caso comentan que no se realizan adecuadamente o no se adaptan del todo a las características del personal y de la actividad que realizan, especialmente en monitores y entrenadores de determinadas disciplinas. Los trabajadores normalmente sí los realizan y agradecen que la empresa se interese por su salud, aunque en algún caso también desconfían y piensan que es un método más para controlarles.

En todos los casos excepto en uno, la vigilancia de la salud está contratada con un servicio de prevención ajeno o con la mutua correspondiente.

En el caso de las instalaciones públicas, además de la vigilancia de la salud individual se realizan campañas importantes de vigilancia colectiva como vacunaciones, campañas contra el tabaquismo o la obesidad, promoción de la salud buco-dental, etc.

Respecto a las memorias anuales de la actividad preventiva, en todos los casos son realizadas por el servicio de prevención propio o ajeno (excepto en uno de ellos que no tienen servicio de prevención contratado), reflejando las acciones desarrolladas y los accidentes o enfermedades que se hayan podido producir durante el año, así como las estadísticas de los principales resultados de los reconocimientos médicos.

#### Información y Formación:

Según los entrevistados la información y formación más extendida entre los trabajadores es la relacionada con emergencias, actuación en caso de incendio y primeros auxilios. Esta formación está encaminada a conocer la forma de actuar en caso de emergencia y conocer los distintos elementos de alarma y lucha contra incendios, así como los botiquines y sus diferentes contenidos. También se proporciona normalmente información sobre los riesgos del puesto de trabajo, aunque en algunos casos no es del todo adecuada a la actividad, sobre todo en puestos de actividad física y determinadas disciplinas deportivas. Por otro lado, también se menciona la realización de cursos sobre pantallas de visualización de datos, ergonomía o manipulación manual de cargas.

*"Tenemos calendarios de formación que se pasan a todas las empresas y se recomiendan los cursos a realizar según las actividades realizadas. Además, aparte se da formación interna a cada empresa p.ej. emergencias y primeros auxilios. Se recomiendan cursos de ergonomía, posturas de trabajo y prevención de dolor de espalda, PVD... a personal de mantenimiento y limpieza se le dan cursos más específicos como manejo de productos químicos".*

*"En emergencias contra incendios hemos hecho la formación el 100% de la plantilla".*

*"Se suministran fichas informativas de los riesgos por puesto de trabajo y respecto a la formación se realizan cursos en todos los puestos".*

*"En mantenimiento, limpieza y recepción reciben su información y formación, los entrenadores no, ellos ya son expertos en la manera en que deben hacer su trabajo y los diversos tipos de ejercicios, en una sala de musculación el propio entrenador sabe cómo debe coger la pesa".*

#### Equipos de protección Individual:

Sobre la utilización de equipos de protección individual hay diferentes opiniones. En general en los centros privados se proporcionan cuando son necesarios y lo recomienda el servicio de prevención, pero no siempre son utilizados por los trabajadores. Esto es debido a diferentes motivos, a veces por dejadez y otras por que son realmente incómodos de utilizar en determinadas condiciones. En otros casos se comenta que sí que se utilizan y que son los propios trabajadores los que te los piden cuando piensan que son necesarios. En los centros públicos, el servicio de prevención propia asesora sobre los EPI's que serían necesarios pero luego depende

de otros departamentos la compra y el suministro y a veces no se actúa todo lo rápido que se debería.

*"Mascarillas, guantes, botas... los trabajadores son los primeros en pedirte los, son conscientes de que si no, en cualquier momento pueden tener un percance, se cuidan bastante de utilizar los guantes y equipos de protección cuando están limpiando las juntas con ácidos."*

*"Los de mantenimiento de agua sí que tienen máscaras específicas para vapores de gases, guantes para electricidad, de seguridad..."*

*"En mantenimiento es la lucha de todos los días, ponte el EPI, ponte el EPI... La industria de los EPI no está evolucionando suficientemente rápido, en las zonas de agua, en las salas de máquinas con el calzado de protección... te cueces vivo, siguen siendo de cuero tipo obra de construcción".*

#### Inspecciones:

En cuanto a la pregunta sobre si han tenido inspecciones laborales en las instalaciones, en general la respuesta es que no, o que si las ha habido no se han enterado. En algún caso hablan de inspecciones pero más que nada para controlar el aforo de las instalaciones, los horarios de apertura y que tienen la señalización y los elementos de protección contra incendios. En un caso sí que tuvieron una inspección en la que les informaron de que tenían que contratar un servicio de prevención ajeno y les dieron un plazo para ello. Otro de los entrevistados menciona que tienen auditorias porque tienen implantado un sistema de gestión de calidad ISO 9001 y aunque no son específicas de prevención hay aspectos comunes.

En el caso de las instalaciones públicas, los entrevistados comentan que no tienen inspecciones genéricas para controlar el grado de cumplimiento de los requisitos en materia de prevención de riesgos laborales. Sí que tienen requerimientos puntuales o inspecciones específicas de aspectos concretos como legionella, instalaciones eléctricas o aparatos a presión.

#### Mejoras y cambios:

En relación con las mejoras y cambios producidos en las instalaciones, todos los entrevistados mencionan que ha habido un gran avance en los últimos años en lo que se refiere a calidad y seguridad de las instalaciones, aparatos y maquinaria de las mismas. En lo relativo a prevención de riesgos laborales se han implantado los aspectos y requisitos básicos (aunque no en todos los centros) pero hay mucho que mejorar ya que en ocasiones no se adaptan a las características específicas de las diversas actividades y puestos de trabajo, o no llegan a todos los trabajadores (sobre todo en los centros públicos). Respecto a las disciplinas preventivas se han instaurado los aspectos de seguridad pero hay que mejorar en ergonomía y aspectos psicosociales.

*"Poco a poco se va implantando, ahora ya el gerente sabe que existe un servicio de prevención, que se han realizado cursos de formación... se realizan cambios en las instalaciones, pero a nivel preventivo propiamente dicho hace falta concienciación, que son las labores que se están realizando".*

*"Una prevención bien hecha y bien llevada al principio es cara, pero posteriormente ya es mantenerla, lo caro y lo costoso (en dinero y tiempo) es ponerlo todo en marcha".*

La seguridad y el buen diseño de los aparatos y maquinaria modernos minimizan el riesgo de lesión derivado de una mala utilización de los mismos. Por otro lado, los nuevos materiales utilizados por ejemplo en los suelos reducen las consecuencias de los posibles golpes o del impacto continuado sobre los mismos, o poseen capacidades antideslizantes que evitan los posibles resbalones y caídas.

*"Mejoras en la señalización indicando extintores, colocar las máquinas de una determinada manera para facilitar las vías de evacuación... eso ha cambiado, desde que abrimos el centro hasta ahora hemos ido aprendiendo".*

*"El mercado ha evolucionado de una forma astronómica, no tienen nada que ver una máquina de ejercicio actual con una de hace diez años. También ha sido importantísimo el empleo de suelos apropiados en cada estancia".*

Se destaca también la instalación de sistemas de ventilación para evitar la acumulación y condensación de la humedad, la instalación de sistemas automáticos de control y dosificación de los productos químicos desinfectantes de las instalaciones acuáticas, así como la utilización de micrófonos auriculares para dirección de las clases colectivas de ejercicio.

*"Que los monitores utilicen micrófono en actividades dirigidas para no forzar la voz, tarima flotante en el suelo para absorción de impactos, renovación de aire en todas las salas para evitar la condensación y los patinazos, aseos con dispositivos germicidas, limpieza dos veces al día de la instalación..."*

En cuanto a los temas en los que se tiene que seguir incidiendo se recoge principalmente la concienciación y difusión de la cultura preventiva a todos los niveles, desde los trabajadores a la más alta dirección. También se mencionan aspectos como la accesibilidad a determinados espacios para realizar labores de mantenimiento, la utilización de productos químicos menos peligrosos (utilización de bromo en lugar de cloro para la desinfección del agua), así como la realización de reuniones periódicas entre los equipos de monitores para supervisar cómo se están realizando las cosas así como para debatir sobre la conveniencia de utilizar nuevos materiales, equipos o máquinas. En alguno de los centros públicos se menciona la necesidad de realizar mejoras importantes en las instalaciones e infraestructuras que ya se van quedando anticuadas.

Respecto a la existencia de subvenciones o ayudas para acometer mejoras en materia preventiva, ninguno de los entrevistados conoce de su existencia, con la salvedad de un técnico de un servicio de prevención ajeno que menciona que existen ayudas para la formación de trabajadores y para la adaptación de equipos y máquinas en empresas de menos de 50 trabajadores.

Por último, respecto a la pregunta de si la empresa o centro cuenta con los medios adecuados para llevar a cabo las actuaciones preventivas en los centros privados en general se considera que las instalaciones, maquinaria y equipos son bastante buenos. Respecto a los medios humanos se cuenta con los servicios de prevención, ya sean propios o ajenos, que en general cumplen con los requisitos básicos pero, a veces, se echa de menos una mayor especificidad y especialización de los mismos en este tipo de actividades. En el caso de los centros públicos a veces tienen actuaciones que no llegan a todos los trabajadores, o que no llegan al grado de especificidad necesario. En ocasiones, existen carencias en cuanto a la organización y coordinación entre los diferentes departamentos y niveles jerárquicos que dificultan o retrasan la implantación de actuaciones preventivas que ya están diseñadas.





## METODOLOGÍA

Con objeto de conocer las necesidades formativas del sector de la actividad física y la salud se han llevado a cabo diversas acciones orientadas a recoger la visión que tienen trabajadores y expertos sobre la situación en lo que a formación se refiere de los profesionales del sector.

Por un lado, se han analizado las respuestas dadas por los trabajadores encuestados (ver punto 7) sobre su nivel de formación, la adecuación de la formación recibida y su valoración de la misma. Además de lo cual, se han realizado tres grupos de discusión para recoger y estudiar las diversas opiniones y puntos de vista de los profesionales de diferentes instalaciones dedicadas a la actividad física y la salud.

Por otro lado, se han realizado 8 entrevistas expertos del sector, entre ellos gerentes, Técnicos deportivos de dilatada experiencia y personal de organismos y organizaciones relacionadas con la actividad física y deportiva y la formación en la misma. Las entrevistas realizadas han servido para obtener una visión global de la situación del sector en lo que a formación se refiere, así como de las necesidades en cuanto a la regulación de los distintos programas e itinerarios formativos.

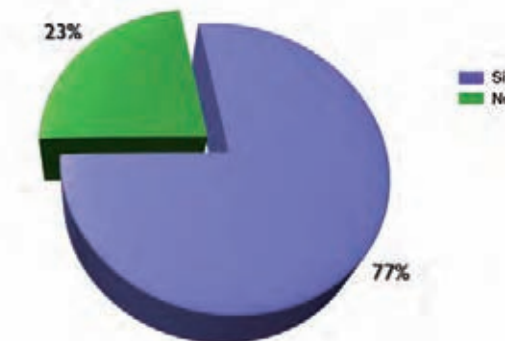
Finalmente, para precisar el grado de acuerdo o desacuerdo de los expertos entrevistados sobre la información obtenida en las entrevistas realizadas, se ha llevado a cabo un estudio delphi sobre algunos de los aspectos más relevantes de la información recogida.

## VISIÓN DE LOS TRABAJADORES

### Encuestas realizadas:

El análisis de las respuestas a las encuestas realizadas a los trabajadores del sector de la actividad física y la salud, refleja información relevante en cuanto a la percepción y valoración que tienen de su propio nivel de cualificación, así como de la situación del sector de la actividad física y de la salud en lo que a formación se refiere.

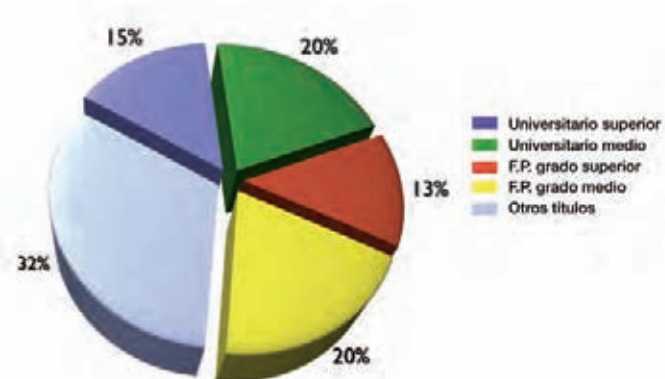
### ¿Posee titulación específica para su puesto de trabajo?



Sobre el nivel de estudios del total de los trabajadores de instalaciones deportivas encuestados, un porcentaje importante, el 77%, afirma poseer una titulación específica para su puesto de trabajo mientras que el 23% que no tiene una formación específica. Entre los que afirman tener una titulación específica se encuentran prácticamente la totalidad de los monitores, trabajadores de puestos de agua y fisioterapeutas/masajistas. Por el contrario, los trabajadores de mantenimiento y atención al cliente/recepción expresan en menor medida poseer una titulación específica para su puesto (63% y 56% respectivamente), aunque casi todos ellos afirman tener una titulación ya sea universitaria, de formación profesional o de otro tipo.

En cuanto al nivel formativo de los trabajadores encuestados, viene reflejado en la siguiente gráfica:

**¿A que nivel formativo se corresponde?**



Aproximadamente el 70% de los trabajadores encuestados cuenta con formación profesional o universitaria y el 32% manifiesta tener otras titulaciones. Esto supone que casi un tercio de los trabajadores encuestados no posee una formación reglada específica para su puesto de trabajo.

Por lo que respecta a los monitores, se detecta un mayor nivel de cualificación entre los de actividades multidisciplinares (casi el 70% cuentan con formación universitaria o F.P. de grado superior) que entre los monitores de actividades específicas (un 37% tiene otros títulos de formación). Esto se desprende del hecho de que los primeros deben dominar varias disciplinas y por tanto poseer una formación más completa y desarrollada abarcando distintos aspectos de la actividad física y la salud. En cuanto al resto de los puestos, los trabajadores de mantenimiento cuentan fundamentalmente con formación profesional u otras titulaciones, al igual que los de puestos de agua, entre los fisioterapeutas y masajistas predominan las titulaciones universitarias y en los puestos de atención al cliente la distribución de porcentajes se asemeja bastante a la general.

En cuanto a la adecuación de la formación a su puesto de trabajo, la percepción general de los trabajadores encuestados es buena (un 74% asegura que la formación recibida en su titulación se ajusta a las necesidades reales del puesto y un 26% que no).

**La formación recibida se ajusta a las necesidades del puesto**

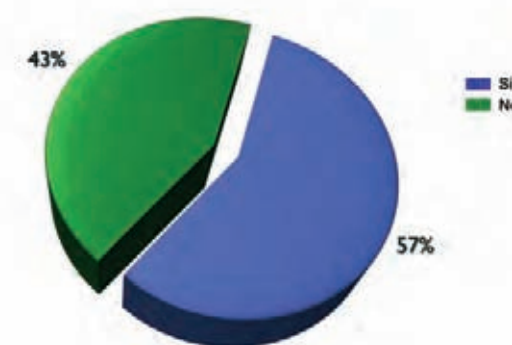


Es en los puestos de mantenimiento y de atención al cliente/recepción, donde se observa una menor adecuación entre su formación y las necesidades reales de su puesto de trabajo. En el primer caso, un 42% de los trabajadores afirma que la formación recibida en su titulación no se ajusta a las necesidades reales del puesto. Este porcentaje aumenta en el segundo caso a un 48%. Esto se explica por el hecho de que a menudo estos trabajadores no poseen una formación específica para su puesto de trabajo y provienen por lo tanto de otras formaciones más genéricas.

Sobre los aspectos que deberían incorporar los programas formativos para adaptarse a la realidad de los puestos, los trabajadores encuestados señalan en primer lugar contenidos más prácticos y específicos de cada actividad, informática y nuevas tecnologías, así como atención al cliente, resolución de problemas o temas de prevención de riesgos y primeros auxilios.

Respecto a si los programas formativos recogen aspectos de seguridad y salud, sólo algo más de la mitad de los encuestados (un 57%) afirma que sí. Los monitores de actividades multidisciplinares y los fisioterapeutas/masajistas son los que indican en mayor porcentaje que sus programas formativos recogen aspectos de seguridad y salud (un 70% en el caso de los primeros y 7 de los 9 encuestados en el segundo). Esto refleja la necesidad que existe de integrar la prevención de riesgos laborales y concienciar sobre la misma en todos los niveles formativos del sistema educativo, tal y como establece la Estrategia Española de Seguridad y Salud en el Trabajo 2007-2012.

**¿Recogen los programas formativos aspectos de Seguridad y Salud?**



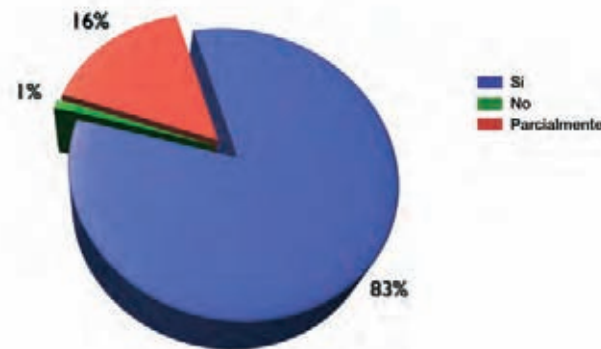
Aunque un porcentaje algo mayor (62%) considera que los contenidos de los programas formativos son suficientes para desarrollar el trabajo en condiciones seguras, existe un número importante de trabajadores que los cree insuficientes (38%), especialmente entre los puestos de agua y de mantenimiento, donde este porcentaje es bastante más alto debido a los riesgos que suponen las instalaciones donde realizan su actividad.

¿Considera suficientes los contenidos de los programas formativos para desarrollar su trabajo en condiciones de seguridad y salud?



De los trabajadores encuestados, la mayoría, un 83%, considera que su actual cualificación profesional le permite desarrollar las funciones de su puesto de trabajo de forma adecuada. Sólo el 1% manifiesta que no y un 16% que de forma parcial.

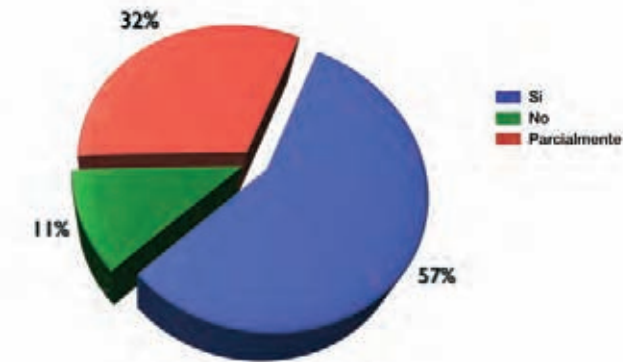
¿Considera adecuada su actual cualificación profesional?



Sin embargo, los trabajadores de mantenimiento difieren bastante del resto en esta percepción. Sólo el 57% cree que su cualificación profesional le permite desarrollar adecuadamente su trabajo, un 32% de forma parcial y un 11% considera que no). Este hecho se puede explicar por la variedad de maquinaria, instalaciones y productos utilizados en este tipo de actividades, alguno de ellos muy específicos de la propia actividad, sin embargo, no deja de ser preocupante ya que el puesto de mantenimiento no sólo presenta importantes riesgos para los propios tra-

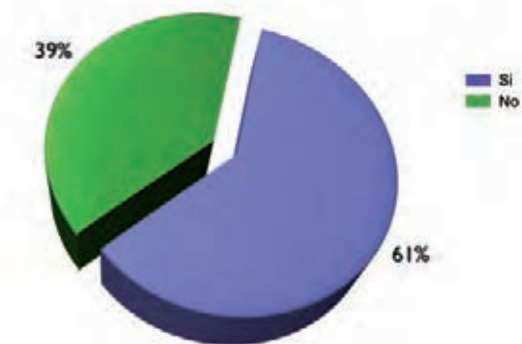
bajadores, sino también para el resto de empleados y usuarios de las instalaciones (el mal estado de una máquina o la incorrecta dosificación de un producto, puede tener graves consecuencias para el personal del centro).

¿Considera adecuada su actual cualificación profesional? (mantenimiento)



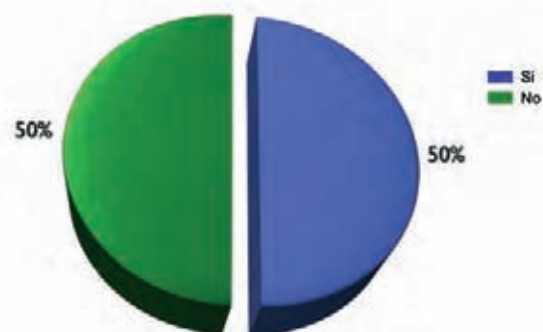
En lo referente a la información y formación específica de los riesgos de la actividad profesional, las encuestas muestran importantes carencias en el sector.

¿Ha recibido información específica de los riesgos de su actividad?



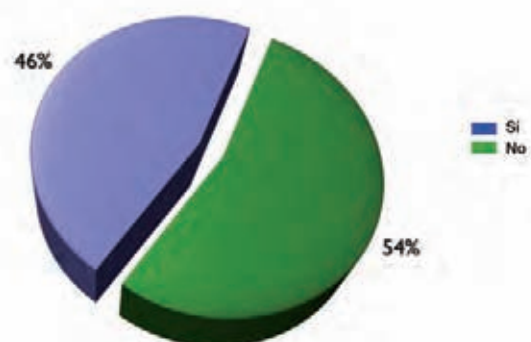
Un 39% del total de trabajadores afirma no haber recibido información específica de los riesgos de su actividad profesional. Dicho porcentaje se incrementa entre los fisioterapeutas/masajistas, trabajadores de puestos de agua y monitores de actividades específicas; probablemente porque son puestos con unas características muy específicas y, a excepción de los monitores, no suponen un número importante entre el total de trabajadores de los centros. En cualquier caso, es un porcentaje bastante alto, teniendo en cuenta que esta información es una obligación clara de la Ley de prevención de riesgos laborales.

¿Ha recibido formación específica de los riesgos de su actividad?



En el caso de la formación, la situación es aún peor ya que la mitad de los trabajadores encuestados afirman no haberla recibido. Los fisioterapeutas y masajistas, puestos de agua y monitores (en este caso tanto de actividades específicas como multidisciplinarias) vuelven a ser los más olvidados en este sentido.

¿Ha recibido formación sobre trato con clientes problemáticos / conflictivos?

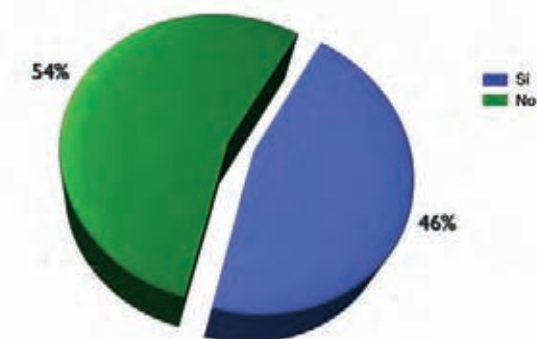


En cuanto a si la información y formación recibida se considera suficiente y adecuada, la mitad de los encuestados afirma que no, lo que revela que además de ser escasa, la información y formación proporcionada muchas veces no es apropiada ni se adapta adecuadamente a las características de los puestos de trabajo, probablemente por ser demasiado genérica o poco relevante para el puesto. Los colectivos más críticos vuelven a ser los fisioterapeutas y masajistas (más de la mitad afirman que no), los trabajadores de puestos de agua (70%) y monitores de actividades específicas (60%), seguidos de los trabajadores de mantenimiento (59%).

¿Ha recibido formación sobre emergencias y primeros auxilios?



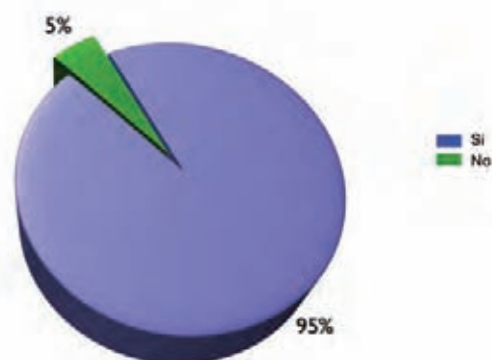
Sobre emergencias y primeros auxilios afirman haber recibido formación el 51% de los trabajadores encuestados (los mayores porcentajes se dan en los puestos de atención al cliente y recepción, actividades multidisciplinarias y puestos de agua).



Sobre actuación ante posibles clientes o usuarios problemáticos o conflictivos han recibido formación un 46% del total de trabajadores. Los trabajadores más formados en este sentido son con diferencia los de atención al cliente y recepción (un 63%), seguidos de los monitores de actividades multidisciplinarias.

Por último, la gran mayoría de los trabajadores encuestados considera importante la realización de cursos de actualización, ampliación y reciclaje profesional en el puesto de trabajo (un 95%), dándose el mayor interés entre los monitores y trabajadores de puestos de agua, debido al alto grado de innovación y a la necesidad de una adaptación constante a las nuevas tendencias y actividades.

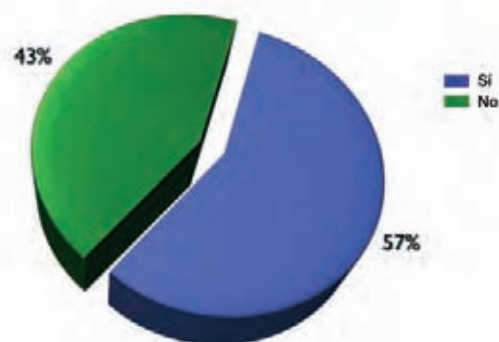
**¿Considera importantes los cursos de actualización / reciclaje profesional?**



Llama la atención que los trabajadores de mantenimiento son los que menos importancia le dan a este tipo de cursos, a pesar de que eran los que en menor medida consideraban adecuada su formación para el desempeño de sus funciones.

Por otro lado, respecto a las facilidades que ofrecen las empresas para la realización de estos cursos, el 57% de los encuestados opina que su empresa les facilita el acceso a esta formación mientras que un 43% no lo ve así.

**¿Tiene facilidades en su empresa para realizar cursos?**



Sin embargo, entre los trabajadores que desempeñan su actividad en los puestos de agua, mantenimiento y fisioterapeutas/masajistas es mayor la cantidad de trabajadores que opinan que no se les facilita esta formación. En concreto, el 64% de los trabajadores de puestos agua, el 71% de los trabajadores de mantenimiento y 2/3 de los fisioterapeutas encuestados afirman que no tienen facilidades en su empresa para realizar este tipo de cursos.

En resumen, de la percepción que tienen los trabajadores sobre su nivel de formación y cualificación, se observan algunas particularidades del sector en las que sería conveniente incidir.

Por un lado, pese a que la mayoría de los trabajadores considera que su nivel de formación es adecuado a su puesto de trabajo, en ocasiones la formación recibida en su titulación, o no es suficientemente específica, o no se ajusta a las necesidades reales del puesto de trabajo (lo que se produce principalmente entre los puestos de mantenimiento y atención al cliente/recepción).

Por otro lado, se observan carencias formativas importantes en materia de prevención de riesgos laborales, tanto en los propios títulos y programas formativos, como en las tareas de información y formación que deben de realizar las empresas, así como una falta de adecuación de las mismas a las características propias de cada puesto de trabajo.

**Grupos de discusión:**

Con objeto de recoger las distintas opiniones que puedan tener los profesionales del sector de la actividad física y la salud sobre la situación en cuanto a la formación y las condiciones de trabajo se realizaron 3 grupos de discusión con trabajadores de distintos puestos y distinto nivel de responsabilidad. En dichos grupos los trabajadores expresaron sus opiniones sobre la situación del sector, las necesidades y carencias formativas, así como su relación con las condiciones de seguridad y salud en el trabajo.

El guión que se siguió para conducir los grupos de discusión fue el siguiente:

**Formación:**

- Evolución de las instalaciones dedicadas a la actividad física y de la salud en los últimos años. Principales cambios acometidos en el sector. ¿Hacia dónde se dirige?
- Adecuación entre las capacidades y funciones que se demandan a los profesionales del sector y su nivel de formación y cualificación. ¿Están los profesionales bien formados para realizar las tareas que realizan?
- ¿Qué importancia dan los empresarios a la formación y cualificación de los trabajadores a su cargo?
- ¿Qué importancia dan los trabajadores a su propia formación y reciclaje profesional?
- ¿Existe un número suficiente de profesionales formados para cubrir la demanda del sector?
- ¿Qué carencias y deficiencias se observan en cuanto a la formación de los trabajadores?
- ¿Existen recursos formativos y de reciclaje profesional suficientes en cantidad y calidad para cubrir las necesidades del sector?, ¿Qué aspectos se debería mejorar de los mismos?
- ¿Qué medidas se están llevando a cabo para homogeneizar los requisitos formativos y los niveles de capacitación de los profesionales del sector?, ¿Se observan avances en este sentido?, ¿Qué dificultades se encuentran para su aplicación?
- ¿Qué medidas deberían llevarse a cabo para la mejora de la situación del sector en cuanto a los niveles de formación y cualificación del personal?

**Seguridad y salud:**

- ¿Qué importancia tienen los aspectos de seguridad y salud en el trabajo dentro de los diferentes programas formativos?
- Relación entre el nivel de formación de los trabajadores del sector y las condiciones de seguridad y salud en el mismo.
- Grado de concienciación de trabajadores y empresarios sobre la importancia de la actividad preventiva en el sector.
- ¿Cuáles son los principales riesgos laborales que se dan en el sector?
- ¿Qué medidas de actuación se toman para abordar dichos riesgos?
- ¿Cómo se gestionan los accidentes de trabajo y las lesiones derivadas de los mismos en las empresas del sector?
- Aspectos que deberían mejorarse en relación a las condiciones de seguridad y salud de los trabajadores.

A continuación se exponen las principales ideas expresadas en los grupos de discusión realizados:

**GRUPO 1:****Principales cambios acometidos en el sector.**

Se observan cambios en general, tanto en maquinaria, espacios comunes...

En cuanto a los servicios ofertados cada vez se amplía más la oferta. Presencia de mayor variedad de clases, ya que la gente demanda cosas distintas, ya no se limitan a impartir clases de aeróbic, además, se combinan con bailes y otras tendencias...

**¿Los profesionales están bien formados para realizar las tareas?**

Ha mejorado mucho el sector pero todavía queda mucho camino por recorrer, en particular se destaca una "carencia grande de formación profesional". Muchas veces se buscan monitores polivalentes y esto se traduce en trabajadores poco eficientes.

Los centros deportivos han cambiado mucho desde hace 10 años, ahora hay una mayor preocupación por mejorar el trabajo.

**¿Qué importancia dan los empresarios a la formación y cualificación de los trabajadores a su cargo?**

Depende del sitio, en general la empresa facilita la formación que le interesa que tengan sus trabajadores, le interesa que sus trabajadores estén bien formados, aunque en algunos casos luego no se recompensa. Además, los cursos son muy caros y no siempre tienen la calidad que deberían.

El médico aportó opiniones valiosas:

*"Se adolece de ergonomía profesional y de planificación de horarios para evitar la carga crónica", lo que se traduce en lesiones por sobreesfuerzo.*

La combinación de tres factores como son:

- Falta de ergonomía profesional.
- Mala planificación de horarios, tanto en cantidad como en calidad.
- Deficiencias en cuanto a equipos: ropa, calzado.

Da lugar a lesiones por sobrecarga o sobreesfuerzos y como consecuencia de esto los trabajadores tienen una vida profesional corta. Solo los trabajadores que logran una gran especialización pueden llegar a prolongar su vida laboral en calidad de "maestros", en este sentido es muy importante una buena formación.

Por otro lado, en los gimnasios cada trabajador lleva su propio equipamiento y no siempre, este, tiene la calidad y las características necesarias, depende una vez más del grado de formación y la profesionalidad del trabajador. A veces el trabajador no le da la importancia que tiene al utilizar un calzado determinado y que puede llegar a ser el origen de posibles patologías musculares y articulares.

**¿Qué importancia dan los trabajadores a su propia formación y reciclaje profesional? ¿Existen recursos formativos y de reciclaje profesional suficientes y de calidad para cubrir las necesidades del sector?**

Hay de todo, depende de la persona. Pero hay que tratar de implicar cada vez más a los trabajadores.

Hay críticas hacia la formación oficial. Hay pocos cursos a los que se pueda acceder fácilmente. Por otro lado, los cursos de academias privadas son caros y si los trabajadores se los tienen que pagar de su bolsillo no los hacen.

El gerente afirma que, incluso los cursos y seminarios más especializados, están anticuados. Faltan formadores con un nivel adecuado. Se forman muchos monitores de base y esto genera mucho intrusismo en la profesión, pero se echa en falta una formación de calidad más avanzada y de alto nivel. El gerente se atreve a dar un porcentaje sobre la calidad de la formación: solo un 10% de la formación que se imparte se puede considerar "formación de calidad". En este sentido se echa de menos la existencia de una Comisión Reguladora de Formación.

Además, se comenta que, mientras en otros trabajos, antes de incorporarse una persona al puesto para el que ha sido contratada se le da una formación previa, en los gimnasios esto no sucede.

La falta de formación del trabajador incide no sólo en su propia seguridad y salud, sino también en la de los clientes y usuarios.

"Si el trabajador no está bien formado no puede impartir una buena sesión de entrenamiento" y "Si no estás bien formado no estás concienciado sobre la prevención y la salud para ti mismo y para la gente".

El trabajador desconoce que no está trabajando de forma adecuada y no sabe detectar el inicio de un problema, que puede ser leve inicialmente pero que puede derivar en problemas graves: lesiones musculoesqueléticas, etc.

La formación es vital no solo para la propia salud del trabajador, sino también para la salud del alumno. El monitor debe ser capaz de detectar un posible problema de salud del alumno ya que este problema puede agravarse por la falta de formación del monitor y por un ejercicio inadecuado. Además, la formación es fundamental para saber paliar las deficiencias o falta de medios del centro donde se desempeña la actividad. Por ejemplo, si el gimnasio no tiene suelo de parquet, el monitor, con su formación, ha de ser capaz de programar los ejercicios de forma que se minimicen los riesgos de realizar los ejercicios en un suelo poco apropiado.

*"Formación de calidad es la piedra angular del problema".*

El gerente afirma que, en el último año, se le ha dado el caso de tener dotación económica suficiente para la formación del personal del gimnasio y no poder gastarla por falta de cursos de formación de calidad. Generalmente son cursos muy flojos y poco especializados. No aportan nada al monitor y no vale la pena perder el tiempo en realizarlos.

En un par de años se van a dar nuevas titulaciones para monitores de instalaciones deportivas. Estas titulaciones se impartirán como Módulos Formativos de 2 años. Se cree que con esta

formación reglada se conseguirá que la formación sea homogénea y de calidad.

La formación preventiva, también es muy básica.

Se insiste en que lo ideal sería que existiera un órgano encargado de homologar la formación. Sin embargo esto se ve como algo inviable, hoy por hoy. Las academias privadas escaparían de ese control y seguirían impartiendo la formación no reglada.

El gerente cree que solo un 30% de los trabajadores de los gimnasios quieren vivir de ello a largo plazo. El resto de los trabajadores ven su actividad como algo provisional y, muchas veces, como una forma de ganar algo de dinero mientras se estudia.

Sin embargo, no se debe condicionar la formación a la temporalidad o no del trabajador. Todos los trabajadores deben recibir formación en mayor o menor grado por lo que se sugieren dar dos tipos de formación diferente, formación para los trabajadores fijos y formación para trabajadores eventuales.

**¿Qué importancia tienen los aspectos de seguridad y salud en el trabajo dentro de los diferentes programas formativos? Relación entre el nivel de formación de los trabajadores y las condiciones de seguridad y salud de los mismos.**

En general no existe formación en prevención de riesgos laborales específica para la actividad que se desarrolla en los gimnasios. Existe por tanto una demanda de este tipo de formación.

Los participantes del grupo de discusión coinciden en que contando con una buena formación de calidad, se mejoran las condiciones de seguridad y salud y se reducen los riesgos ya que los profesionales bien formados se preocupan por realizar bien su trabajo y cuidar su estado de salud.

**Grado de concienciación de trabajadores y empresarios sobre la importancia de la actividad preventiva en el sector.**

Hay que mejorar en cuanto a concienciación, aunque cada vez la gente se va preocupando más, tanto empresarios como trabajadores. Es necesario para dar un servicio de calidad. Por otro lado, se percibe una falta de conocimiento e interés por parte de los trabajadores eventuales.

**Principales riesgos laborales que se dan en la actividad del monitor.**

- Lesiones físicas por sobreesfuerzos, torceduras, esguinces. En ocasiones, estas lesiones se las produce el monitor al intentar ayudar al alumno cuando está en frío y sin un calentamiento adecuado.
- Manipulación manual de peso. Normalmente, en las evaluaciones de riesgos del puesto de Monitor, no se contempla el riesgo de manipulación de carga, sin embargo, es frecuente que estos trabajadores tengan que mover las pesas que utilizan los alumnos, bien para colocarlas en su sitio o bien para enseñarle al alumno como debe hacer el ejercicio. También puede darse el caso de que el monitor deba mover las máquinas. Todo esto puede ocasionar lesiones si no se tienen en cuenta a una serie de recomendaciones preventivas.



- Utilización de máquinas. Estas son bastante seguras y no se consideran como fuente de riesgo. Sin embargo, se indica que no existe una homologación respecto a las máquinas. No tienen la misma consideración que las máquinas que se pueden utilizar en un taller. En la actualidad, desde el Instituto de Biomecánica de la Universidad Politécnica de Valencia se está intentando establecer unas normas.
- Estrés. Los trabajadores no perciben el trato con el cliente como algo que les pueda generar estrés debido a la responsabilidad que su actividad conlleva. En los últimos cuatro años solo ha habido un accidente de un alumno y ha sido por una mala práctica suya y no por responsabilidad del monitor. Solo algún trabajador indica, respecto al estrés en el trabajo, que depende del puesto que desempeñe cada uno y del nivel de responsabilidad del mismo, aunque más que de estrés se habla de sobrecarga.

#### ¿Qué medidas de actuación se toman para abordar dichos riesgos?

Jornada laboral. La posibilidad de regulación de la jornada podría ser una forma de actuar sobre la carga de trabajo, aunque entraña ciertas dificultades.

*"Eso son aspectos que se regulan en el Convenio Colectivo, pero no puedes separar a los monitores del resto de trabajadores, como un grupo especial dentro del convenio colectivo y marcarles una jornada de 20 horas. El problema es que no puedes vivir con 20 horas y si cuantificas por carga física, 4 horas diarias ya es un buen palizón, ¿Cómo habría que pagarlas para que tú no tuvieras que hacer más horas?. Trabajarías en dos sitios porque no te llega y estarías pluriempleado. Una posibilidad que se ha llegado a plantear es la de una jornada parcial de 20 horas semanales con sobresueldo, aunque eso supondría un agravio comparativo frente al resto de trabajadores que trabajan más horas."*

Uno de los participantes del grupo de discusión ofrecía una alternativa a la reducción de jornada (con la consiguiente reducción de salario). Proponía una diversificación de tareas, por ejemplo, alternar el trabajo en sala de aparatos con otras tareas de gestión, coordinación, seguimiento, etc, de manera que pudiese recuperarse físicamente. No obstante otro de los participantes descarta esta alternativa ya que indica que los "trabajadores polivalentes" no son buenos. Considera que 8 horas diarias en el centro de trabajo son psicológicamente agotadoras.

*"La gente tiene que estar especializada en la materia, el trabajador polivalente no está especializado en nada y el cliente no tiene lo que busca. Además el monitor tiene que descansar, no sólo físicamente sino también psicológicamente, no puede estar 8 horas dando clases, atendiendo a 150 personas de forma continuada, vigilando que se utilicen adecuadamente los materiales y aparatos..."*

Mayor concienciación. La falta de concienciación sobre los riesgos a los que están expuestos los trabajadores hace difícil que estos adopten las medidas preventivas adecuadas. Por ejemplo, los riesgos de la actividad que desarrolla el monitor no son tan evidentes como pueden ser los riesgos del trabajador de mantenimiento.

La caída que puede sufrir el monitor cuando está dando una clase se considera más un "gaje del oficio" que un riesgo laboral que puede evitarse o, al menos, intentar minimizar las consecuencias.

No obstante, los participantes de este grupo ya perciben un avance importante y un cambio de actitud simplemente con el hecho de que se este haciendo este estudio. Además, hasta el año 2004 el sector estaba incluido en el Convenio Colectivo de Peluquerías y Salones de Belleza. Actualmente tienen un convenio propio de instalaciones deportivas y gimnasios, gracias al cual se empieza a reconocer la profesión como "algo" independiente y con unas características propias.

Entrenamiento de los monitores. Los monitores consideran necesario prepararse físicamente después de finalizar su jornada laboral. El mantenerse "en forma" es una forma de "profesionalizar" su actividad y reducir la posibilidad de sufrir lesiones. La queja de estos profesionales es que estos entrenamientos los deben hacer fuera del horario laboral y pagárselos ellos mismos, suponiendo además una sobrecarga al trabajo habitual. Estos dos factores inciden negativamente, ya que solo los monitores muy concienciados dedican su tiempo y dinero a este entrenamiento, por otro lado necesario.

#### ¿Cómo se gestionan los accidentes de trabajo y las lesiones derivadas de los mismos?

Tanto los accidentes como las lesiones se investigan para evitar la picaresca. Se trata de evitar que trabajadores lleguen a trabajar con alguna lesión que no se hayan hecho durante la jornada laboral e intenten hacerla pasar como accidente de trabajo.

En cuanto a las bajas laborales, los trabajadores participantes en el grupo de discusión indican que, cuando son lesiones no muy graves, entre ellos mismos intentan ayudarse para que el trabajador no tenga que cogerse la baja. Por ejemplo, si un monitor de aeróbic se lesiona en un pie otro compañero asume esas clases mientras el monitor de aeróbic puede estar "vigilando" otra sala. Esto se hace por compañerismo y no porque la empresa así lo indique y en algunos casos supone una sobrecarga de trabajo más.

#### Aspecto que deberían mejorarse en relación a las condiciones de seguridad y salud de los trabajadores.

Hay unanimidad total. Hay que mejorar la formación para que sea de mayor calidad y se ajuste a las necesidades reales de los profesionales del sector. No hacen falta tantos cursos básicos y generalistas, que favorecen el intrusismo en el sector, sino cursos avanzados para los trabajadores que ya tienen una experiencia y necesitan especialización y una ampliación de conocimientos.

**GRUPO 2:****Principales cambios acometidos en el sector.**

Los cambios se perciben en los medios de los que se dispone para la realización del trabajo. Las máquinas son mucho más modernas, el mantenimiento de las mismas es más complejo y es necesario tener una formación muy especializada para saber como trabajar con esas máquinas.

Hasta los puestos de limpieza han sufrido una especialización importante en cuanto al tipo de trabajo que se realiza. Hay que limpiar zonas del gimnasio que requieren unos conocimientos específicos, por ejemplo, los baños turcos, las saunas, la zona de spa... así como la utilización de productos adecuados.

**¿Los profesionales están bien formados para realizar las tareas?****Monitores**

En cuanto a conocimientos técnicos, necesarios para el desempeño de sus tareas, en el caso de este gimnasio, sí. Para acceder al puesto de trabajo se exigen unos requisitos mínimos de formación bastante exigentes. Es una instalación grande y debe ofrecer un servicio de alta calidad para satisfacer las demandas de los usuarios.

En el sector en general puede haber más carencias formativas. Consideran que en los clubes de "menor nivel" se da más el intrusismo. Se contrata personal con menor preparación, que puede realizar bien una determinada actividad, en condiciones normales pero no controla todos los aspectos de la misma.

**Mantenimiento y limpieza**

Crean que, más que formación, lo que hay que hacer es concienciar de los riesgos a los que están expuestos. Los responsables están pendientes de la forma de trabajar del personal y los trabajadores conocen los riesgos a través de las etiquetas de seguridad de los productos y la información que se les proporciona. Además utilizan guantes, mascarillas y todos los equipos de protección que puedan ser necesarios.

**Recepción**

Tienen formación sobre trabajo con pantallas de visualización de datos y trato con el cliente. En este gimnasio se le da mucha importancia al trato que se le debe dar al cliente, es lo primero que se enseña a los trabajadores que van a estar en recepción, hay que saber conocer al cliente para darle el trato adecuado y ofrecerle lo que está buscando. Esto puede generar cierto nivel de estrés, sin embargo los trabajadores indican que cada uno utiliza técnicas propias para poder sobrellevarlo lo mejor posible.

**¿Qué importancia dan los empresarios a la formación y cualificación de los trabajadores a su cargo?**

La empresa se implica bastante en la formación. Se participa en conferencias, cursos, ferias, se invierte en máquinas de última generación, etc.

**¿Existe un nº suficiente de profesionales formados para cubrir la demanda del sector?**

La opinión general es que no existen suficientes profesores con la formación adecuada. Algún participante indica que no siempre existe una relación directa entre la formación y la capacitación, la experiencia es, a veces, más importante que la formación teórica.

En general se aprecia una carencia de medios de formación. Los contenidos de la formación que se imparte en la actualidad no están en concordancia con los avances del sector. Existen muchos cursos básicos, de los que se percibe en su contenido poco especializados y actualizados.

**Mantenimiento**

El mantenimiento de los equipos que actualmente existen en los gimnasios, requiere una formación muy especializada. Esta formación no se imparte en ningún sitio, las máquinas llegan simplemente con el manual de instrucciones y los técnicos de mantenimiento se exponen a riesgos por desconocimiento de la máquina. Ellos mismos tienen que aprender a manejar y mantener cada máquina. Por lo que no hay profesionales formados sino que se van formando con la experiencia.

Las máquinas son tecnológicamente muy avanzadas. Pero se echa de menos una mayor implicación de los fabricantes de las mismas en la atención post venta.

**Limpieza**

La limpieza de los gimnasios se ha especializado mucho. Se utilizan productos muy específicos y con unas características distintas a los que tradicionalmente se han utilizado. No existe formación en cuanto a la utilización de estos productos y son los propios trabajadores los que se informan de los riesgos leyendo las etiquetas y las fichas de seguridad de los productos que utilizan. La empresa por otro lado, les proporciona la información y los EPIs necesarios. Piensan que debería existir más información y asesoramiento por parte de los fabricantes de esos productos.

**Monitores**

La formación debería estar regulada, tanto los contenidos de esa formación como los requisitos mínimos para acceder a la misma. El principal problema es que se puede acceder a determinados cursos de formación sin que se exija una titulación "mínima" previa.

*"puedes formarte para Pilates sin tener ningún conocimiento previo del sector ni de otras disciplinas relacionadas con la actividad física y la salud"*

Proponen que la formación oficial, ya sea universitaria o a través de módulos formativos, tenga unas asignaturas troncales iguales para todos, independientemente de si es un centro privado o público. A partir de esos mínimos cada alumno y futuro monitor de gimnasio se podría ir especializando en la rama que le interese:

*"base mínima y después construir al profesional"*

Esta formación de base debería incluir unos contenidos mínimos de conocimientos relacionados con la salud que son muy importantes tanto para la atención al cliente como para poder prevenir las lesiones de los monitores. El monitor debe poder detectar las posibles patologías

del cliente y orientar la preparación física del mismo, de forma que el ejercicio le ayude a mejorar y no le perjudique.

Los participantes de este grupo son conscientes de que el gimnasio en el que ellos trabajan se aleja bastante de la media del sector. Existen centros deportivos en los que no existe monitor en la sala de máquinas, cuando entra un alumno pasa a una sala donde se encuentran los distintos aparatos y no recibe asesoramiento alguno, simplemente utiliza los que le parece. En otros gimnasios ese asesoramiento se cobra a parte, tienes que contratar un monitor personal.

#### **¿Qué medidas deberían llevarse a cabo para la mejora de la situación del sector en cuanto a los niveles de formación y cualificación profesional?**

Es importante marcar unos mínimos formativos y complementar esa formación con cursos especializados y de calidad.

En cuanto a la actividad de mantenimiento y limpieza, esta cada vez está más especializada y, por tanto, necesita una formación más especializada.

Se considera que se parte de un problema importante como es la falta de unión del sector y las grandes diferencias existentes en cuanto al tamaño de los gimnasios y la "calidad" de los mismos.

#### **¿Qué importancia tienen los aspectos de seguridad y salud en el trabajo dentro de los diferentes programas formativos? Relación entre el nivel de formación de los trabajadores y las condiciones de seguridad y salud de los mismos.**

Aunque cada vez se le da más importancia a la formación en cuanto a seguridad y salud en el trabajo, existe una gran carencia en este tema. Uno de los asistentes indica que, hace poco, asistió a un curso de formación y este curso era muy poco específico. Es una de las quejas de los trabajadores, se les dan cursos muy básicos pero apenas tocan los temas que realmente les afectan y desconocen.

Todos los asistentes están de acuerdo en que a mayor nivel de formación, mayor es la sensibilización sobre la seguridad y la salud en el puesto de trabajo.

#### **Principales riesgos laborales que se dan en las distintas actividades del gimnasio.**

Destacan como un riesgo general para todos los trabajadores el cuadro eléctrico que está en el comedor. Creen que ese cuadro está poco protegido y puede dar lugar a accidentes.

##### **Mantenimiento**

El personal de mantenimiento utiliza herramientas manuales pero no percibe que el uso de estas pueda ocasionarles daños importantes. Cuando se les pregunta si adoptan posturas forzadas, dicen que no permanecen en la misma postura mucho tiempo, permanecen siempre activos y esto lo ven como algo beneficioso.

Hay un factor que sí perciben como causa de posibles accidentes o lesiones y son "las prisas". Tanto el personal de limpieza como el de mantenimiento han de estar disponibles para el servicio las 15 horas que permanece abierto el gimnasio. Muchas veces desarrollan su trabajo pre-

sionados por la urgencia de solucionar un problema en las instalaciones o de limpiar una zona con gran celeridad para no perjudicar a los usuarios. Esto puede llegar a ocasionar problemas de estrés en algunos momentos.

##### **Recepción**

Se trabaja muchas horas sentado delante del ordenador. Esto puede dar lugar a dolor de espalda y de cabeza. Aunque los trabajadores saben cuáles son las medidas preventivas que han de adoptar, muchas veces, la rapidez con que se desempeña el trabajo impide que los trabajadores las apliquen correctamente.

##### **Monitores**

Los riesgos principales son los golpes con pesas y maquinaria de ejercicio, las lesiones musculares y articulares por sobrecarga física y la bipedestación prolongada.

#### **¿Qué medidas de actuación se toman para abordar dichos riesgos?**

##### **Monitores**

La principal medida es la realización de ejercicios de calentamiento y estiramiento antes de comenzar los ejercicios.

También se intenta buscar soluciones a la sobrecarga física. A veces se hacen jornadas de más de 8 horas al día, pero es difícil de controlar porque son los propios monitores los que piden más horas de trabajo para poder incrementar su salario. En otras ocasiones son los socios los que piden que les atienda un monitor concreto y los monitores, normalmente, no suelen negarse.

##### **Limpieza**

Los trabajadores de limpieza están muy concienciados y se preocupan de realizar su trabajo con las mayores precauciones posibles (conocimiento de los productos, utilización de equipos de protección, etc).

#### **¿Cómo se gestionan los accidentes de trabajo y las lesiones derivadas de los mismos?**

En el gimnasio existen trabajadores formados en primeros auxilios. Estos son los primeros que actúan en caso de que un trabajador (o usuario) se lesione o accidente. En función de la gravedad de la lesión, el trabajador es trasladado a la mutua de accidentes que en el caso de este gimnasio se encuentra próxima. Posteriormente, se elabora un parte de incidencias que queda reflejado en el historial del gimnasio.

#### **Aspectos que deberían mejorarse en relación a las condiciones de seguridad y salud de los trabajadores.**

Coinciden todos en afirmar que el exceso de confianza es, en el caso de este gimnasio, una de las principales causas de los accidentes. El trabajador debe estar concienciado de los riesgos a los que está expuesto y de que, muchas veces, está en sus manos prevenirlos. No hay que confiarse por llevar mucho tiempo haciendo una actividad y no haber sufrido nunca un accidente.

**GRUPO 3:****Principales cambios acometidos en el sector.**

En primer lugar se comenta la diferencia existente entre las instalaciones deportivas públicas en las que la rentabilidad es nula y se trata de dar un servicio a un colectivo o comunidad, y las instalaciones privadas que buscan un rentabilidad.

Las instalaciones deportivas públicas deben albergar deportes que no son rentables pero que son populares, por ejemplo, pelota valenciana mientras que en un gimnasio privado las actividades que no son rentables no se imparten.

Los cambios se empiezan a verse, sobre todo, en el sector público. Antes, los polideportivos municipales, por falta de presupuesto, tenían unas instalaciones obsoletas y unos servicios de baja calidad, fundamentalmente, debido a una mala gestión de los mismos. En la actualidad muchas de las instalaciones públicas están gestionadas por empresas privadas, de esta forma, aunque se mantenga el "espíritu de servicio público" se intenta conseguir una rentabilidad mínima. Ahora se construye menos y mejor. Además, se trata de adaptar los servicios a la demanda del sector.

*"La empresa pública se puede permitir hacer inversiones importantes para instalaciones. Sin embargo las instalaciones privadas buscan la calidad de otra manera, a través del servicio, la atención personalizada al cliente, nuevas técnicas..."*

En cuanto a los gimnasios tradicionales de barrio van desapareciendo y las franquicias van implantándose en su lugar. Se trata de instalaciones con menor "personalidad" pero con mejores servicios.

Otro de los cambios que se perciben en el sector es que, ahora, el deporte está más orientado hacia la salud. Antes se practicaba un deporte más cardiovascular y físico y ahora es un deporte más relajado y dirigido al bienestar.

**¿Los profesionales están bien formados para realizar las tareas?**

La opinión generalizada es que no hay una preparación adecuada. Ni siquiera los licenciados en INEF reciben una formación que los prepare para trabajar de monitor en un gimnasio, tienen una formación buena, una buena base, pero no se adapta del todo a las demandas del sector.

En general no existe una formación reglada suficientemente adaptada. En algunos casos existe una formación técnica básica pero no se tratan temas específicos como: atención al cliente, temas relacionados con la salud, etc.

Además, tampoco se valora o se pide una formación específica, normalmente cuando entras a trabajar a un gimnasio no te preguntan qué formación tienes. La formación de los trabajadores está más relacionada con la implicación de los mismos en su trabajo. Hay trabajadores que se dedican a esto de forma temporal, porque les gusta y como una forma de sacar algo de dinero mientras estudian, por lo que no ven necesario buscarse una formación más especializada.

Sin embargo, los profesionales que pretenden trabajar en el sector a largo plazo sí que se preocupan por reciclarse. El problema que encuentran estos trabajadores es que la oferta formativa es cara y de poca calidad.

Existe una formación "oficial" y una formación privada. Los participantes del grupo de discusión afirman, por experiencia, que ambas formaciones son igual de flojas en cuanto a la calidad. La diferencia entre una y otra es que la formación "oficial" puntúa de cara a las oposiciones y la privada no.

En cualquier caso, en muchos procesos de selección se valora más la experiencia que la formación. Esto también desmotiva mucho a la hora de formarse, sobre todo si es el propio trabajador es quien se debe pagar los cursos y dedicar su tiempo libre a ello, cuando no se le va a recompensar suficientemente.

En la actualidad también existen ciclos formativos que capacitan para dar clases en los gimnasios.

*"El problema de estos ciclos es que ponen en el mercado laboral a chavales de 18-20 años. Estas personas desconocen por completo como se debe tratar con el cliente y no pueden dar unas clases de calidad".*

**¿Existen en el sector la posibilidad de contratar, a los trabajadores, a tiempo parcial?**

El trabajo de los monitores/profesores es físicamente agotador. Es difícil aguantar una jornada de 8 horas al día.

*"Es poco frecuente que una empresa te ofrezca un contrato en condiciones para dar únicamente tres clases al día, si quieres contrato tienes que dar 8 horas, aunque esto está cambiando, se valora más que estés bien, que rindas al máximo y dures en la empresa y se compaginan 2 o 3 horas de actividad dirigida, con actividades de menor intensidad."*

Para rentabilizar las instalaciones, al trabajador se le exige un mínimo de horas diarias, tiene que mover un número importante de clientes. Para que aguante el nivel se ofrecen contratos en los que se refleja una jornada completa pero sólo se dedican un par de horas a clases con una actividad física intensa. El resto de la jornada se completa con actividades con menos desgaste físico. Esto lo hacen para evitar que los monitores "se quemem" y abandonen el trabajo ya que es importante que el cliente de los gimnasios vea que existe un personal fijo y con un alto grado de motivación.

*"A tiempo parcial se paga por horas, normalmente en negro, aunque también hay algún autónomo... antes era todo en negro, pero ahora va mejorando. Las franquicias se han dado cuenta que un monitor de aeróbic no puede dar 8 horas, así que buscan una persona polifacética y se hacen contratos mejores, aunque normalmente el sueldo que figura en nómina es el mínimo que se puede hacer y el resto se paga en negro."*

### ¿Qué importancia dan los empresarios a la formación y cualificación de los trabajadores a su cargo?

Los participantes del grupo contestan de forma unánime:

*"no se le da ninguna importancia"*

No se ve un cambio en la actitud de los empresarios; estos saben que cuanto más formado esté un trabajador más van a tener que pagarle. Por lo tanto, prefieren ignorar la formación de la persona que va a acceder a un puesto de trabajo en el gimnasio. Actualmente están apareciendo un nuevo tipo de franquicias en las que la empresa ofrece un tipo de actividad deportiva, para desarrollar en el gimnasio, a cambio de ser ellos mismos los que formen al trabajador que debe impartir esa actividad. Es un nuevo tipo de empresa de servicios. De esta forma "se obliga" al empresario a formar al trabajador.

En el sector privado y en concreto en los gimnasios franquiciados, se va dando cada vez más importancia a la formación, pero no solo formación de la actividad física sino, también, formación de gestión de empresa y recursos humanos. Si un monitor de sala se implica en su trabajo y el empresario considera que es una persona válida, puede llegar a dirigir el gimnasio.

En el sector público se intenta que un número importante de los trabajadores del área de la actividad física sean licenciados de INEF. Además, si un trabajador encuentra un curso que piensa puede ayudarle a mejorar en su trabajo, puede solicitar una ayuda para financiar esa formación. Pero todo esto tiene que ser iniciativa del trabajador.

### ¿Qué importancia dan los trabajadores a su propia formación y reciclaje profesional?

En el sector público los trabajadores disponen de más facilidades para hacer estos cursos. Pueden pedir días libres para asistir a clases formativas. Por el contrario, en las empresas privadas los cursos se deben realizar fuera de la jornada laboral.

La implicación de los trabajadores en este sector es muy parecida a la de cualquier sector o actividad.

*"Hay personas que se forman solo por engordar el currículo".*

A estos trabajadores les da igual que la formación sea de calidad o no. Lo que miran es que sea asequible económicamente y, si puede ser, le dé puntos de cara a unas posibles oposiciones.

Por el contrario, hay trabajadores que sí buscan formarse por interés profesional. Estas personas se quejan de la falta de calidad de la formación.

### ¿Qué carencias y deficiencias se observan en cuanto a la formación de los trabajadores?

Una queja generalizada es la falta de homologación de los títulos. No existe una norma que fije unos contenidos mínimos formativos. La cualificación de los profesores que imparten estos cursos tampoco está reglada. Todo ello se traduce en cursos que no siempre tienen la calidad esperada. Deberían fijarse unos contenidos mínimos y unas materias comunes.

*"Igual que a los trabajadores del sector de la alimentación se les exige el Carné de manipulación de alimentos, a los monitores de gimnasios se les debía exigir un Carné de monitor que garantizase unos conocimientos mínimos".*

*Actualmente, en muchos gimnasios, cuando se busca una persona para ocupar un puesto de trabajo se recurre a "las recomendaciones". Se busca a una persona con "fama y nombre" en el sector y después, cuando se le va a hacer el contrato, se le pide que adjunte "algo" que justifique su formación.*

### ¿Existe un nº suficiente de profesionales formados para cubrir la demanda del sector?

En las actividades más nuevas es difícil encontrar profesionales con la preparación adecuada. Además, las condiciones de trabajo no son demasiado atractivas a la hora de ofrecer un trabajo.

### ¿Qué medidas se están llevando a cabo para homogeneizar los requisitos formativos y los niveles de capacitación de los profesionales del sector?

Se ha regulado poco el sector. En los gimnasios no se exige una formación determinada a la hora de contratar a un trabajador.

Se propone un mínimo reglado, algo parecido al CAP (certificado de capacitación pedagógica). Una formación mínima que capacite al trabajador, no solo con unos conocimientos técnicos, sino también con conocimientos sobre como tratar al cliente, etc.

Se pone el ejemplo de los socorristas, estos tienen que estar en disposición de un título, emitido por un organismo oficial y que implica que tiene unos conocimientos mínimos necesarios para desempeñar su trabajo.

### ¿Qué importancia tienen los aspectos de seguridad y salud en el trabajo dentro de los diferentes programas formativos? Relación entre el nivel de formación de los trabajadores y las condiciones de seguridad y salud de los mismos.

Los programas formativos no recogen nada relacionado con la prevención de riesgos laborales para el propio trabajador, como mucho temas de primeros auxilios. Por lo demás, cada profesional se autorregula como cree conveniente. Además, los riesgos específicos para la actividad del monitor no están considerados normalmente en las evaluaciones, los que se recogen son riesgos generales, al igual que la formación en prevención que reciben que es genérica.

### ¿Grado de concienciación de trabajadores y empresarios sobre la importancia de la actividad preventiva en el sector?

En general el grado de concienciación es poco o nulo. Se ve la actividad deportiva como algo saludable y no se piensa en las consecuencias negativas que pueda tener, en parte porque no está suficientemente estudiado ni demostrado.

*"Aunque se casquen a nivel de articulaciones y otras cosas, realmente llevan una vida bastante más saludable que otras personas"*

*"Hasta cierto nivel, el deporte es salud, pero si nos pasamos el deporte no es salud".*

Como las lesiones aparecen a largo plazo, los monitores no tienen en cuenta que, si "se machacan" ahora, las consecuencias no las va a notar, pero van a aparecer en el futuro. Creen que lo tienen todo controlado. Además, existe una fuerte competencia entre los profesionales del sector y un tema cultural importante, de querer dar el máximo nivel.

*"Antes si no salías destrozado de la clase, parecía que no habías hecho nada"*

El monitor quiere que el alumno acuda a su clase y hable bien de él, quiere llenar la clase. En algunos gimnasios existe una modalidad de pago: se les paga una cantidad fija y, además, un tanto por alumno, lo que genera mucha competitividad entre los monitores.

#### **Principales riesgos laborales que se dan en la actividad del monitor.**

Los monitores no perciben que su actividad pueda generar riesgos para su salud. Creen que su trabajo les obliga a cuidarse más y estar en forma, y esto les hace menos proclives a sufrir accidentes.

Los principales riesgos que se destacan son los sobreesfuerzos que dan lugar a lesiones músculo-esqueléticas, el ruido (causado por la música, los aparatos y las conversaciones de los clientes), el estrés (derivado de la atención al cliente y las jornadas laborales extensas) y las condiciones ambientales (falta de ventilación, humedad excesiva, calor...).

Por otro lado, opinan que las cosas van cambiando, las instalaciones han mejorado y las técnicas para impartir las clases se van perfeccionando y cada vez son menos agresivas.

#### **¿Qué medidas de actuación se toman para abordar dichos riesgos?**

En general, se puede decir que no se adoptan medidas preventivas propiamente dichas, se toman medidas una vez que se ha producido la lesión. Además, en caso de lesión, si no es muy importante, los trabajadores no suelen tomarse la baja porque, normalmente, si no trabajan no cobran. En lugar de eso reducen su actividad o suavizan los ejercicios. Esto provoca que, incluso lesionados, vayan a trabajar aunque no realicen su actividad al 100%. Otro motivo por el que los trabajadores no cogen la baja es por la existencia de contratos de trabajo cortos, con lo que se arriesgan a que no se les renueve el contrato. Cuando se lesionan suelen recurrir a fisioterapeutas o masajistas por su cuenta, pero una vez que ya están lesionados. En este centro en concreto sí que hay fisioterapeutas, aunque entre los participantes en el grupo hay controversia entre si están disponibles para los monitores o no.

*"Se da el servicio de fisioterapeuta para tratar una lesión pero no se ponen medidas para prevenirla"*

#### **Aspecto que deberían mejorarse en relación a las condiciones de seguridad y salud de los trabajadores.**

Hay que tratar de desarrollar un estudio del sector en lo que se refiere a la prevención, hacer un estudio en profundidad, analizar los distintos puestos y actividades para sacar las conclusiones pertinentes, ya que cada actividad puede requerir un grado de prevención y unas medidas diferentes.

## **VISIÓN DE LOS EXPERTOS**

### **Entrevistas a expertos del sector**

#### **Situación del sector, cambios recientes y evolución futura:**

Para empezar a entrar en materia se preguntó a los expertos sobre cómo veían el sector en la actualidad, qué cambios había experimentado en los últimos años y cuál sería la tendencia futura de los mismos. A este respecto, la mayoría de los entrevistados coincide en que el sector de la actividad física y la salud ha experimentado un gran desarrollo en los últimos 5 o 10 años. Ha crecido en todos los sentidos, en número de instalaciones y dimensiones de las mismas, en actividades que ofrecen los centros, en profesionalidad, volumen de negocio, etc. Desde un primer momento en que la base era el ejercicio físico en sentido estricto y la práctica deportiva de algunas disciplinas muy concretas, se ha pasado a incorporar actividades dirigidas al ocio y entretenimiento, así como a la mejora de la salud, y del bienestar integral, físico y mental. En cuanto al futuro del sector, se señala que los centros pequeños tendrán que especializarse y las grandes instalaciones tenderán a ofrecer una gran gama de actividades y servicios.

*"Una evolución a nivel comercial bestial, se ha establecido como un servicio y bien de consumo esencial dentro de la sociedad. El crecimiento en los últimos 10 años ha sido impresionante y la profesionalidad ha ido a la par".*

*"Ya no se vende el gimnasio como tal, se vende salud, ocio, bienestar con uno mismo..."*

*"Antes la gente era experta en su deporte y ponía su propio gimnasio basado en su especialidad y eran empresas pequeñas. Hoy en día predominan las grandes instalaciones y esto ha obligado a que el sector se profesionalice. Hay módulos de formación profesional, academias de enseñanza, etc. que permiten una mejor formación y una mayor profesionalidad".*

Por otro lado, ha habido cambios importantes en cuanto al público objetivo o usuario de las instalaciones que se ha ido ampliando a todo tipo de personas y a todas las edades (en algunos casos desde actividades con recién nacidos hasta la tercera edad, que es un público que está ganando importancia).

Existe controversia entre los entrevistados sobre la competencia existente entre las instalaciones públicas y las privadas. Algunos de los entrevistados consideran que muchas instalaciones públicas hacen competencia desleal, ofreciendo servicios y actividades que no les corresponden a muy bajo coste y que esto está afectando muy negativamente al tejido empresarial del sector. Otros entrevistados señalan que, aunque en un principio la competencia fue muy dura, al final ha servido para reforzar el sector y mejorar la profesionalización del mismo. En este sentido las instalaciones privadas actuarían como motor impulsor, ofreciendo una gran variedad de actividades con un elevado grado de innovación, calidad y adaptación a las necesidades del cliente, y las instalaciones públicas ofrecerían servicios más básicos y generales.

*"Otro problema es el de la asociación de gratuidad en el deporte o actividad física relacionada con la gratuidad en el deporte. Los ayuntamientos se amparan en el derecho constitu-*

*cional y en la obligatoriedad de prestar un servicio de actividad física en municipios de más de 20.000 habitantes. Creo que se han confundido los términos, hay ayuntamientos que están ofertando las mismas actividades físicas que la iniciativa privada a un coste menor, sin embargo se olvidan de otros derechos fundamentales. Hay ayuntamientos que, con el afán de inaugurar, te hacen un pabellón o un macro-polideportivo en poblaciones de menos de 5000 habitantes. La Federación de Municipios y Provincias en su manual de concejales de deportes establece que la iniciativa pública tiene que complementar y tener en cuenta la iniciativa privada y no se tiene en cuenta. En algunos casos esto está arruinando a las empresas del sector, que son en muchos casos PYMES."*

*"Las administraciones públicas todavía no tienen claro cuáles son sus competencias, o por lo menos no nos ponemos de acuerdo entre las entidades públicas y las privadas, y no establecemos unos límites de qué compete a cada quien. Esto es importante regularlo por que no es justo que haya gente que está pagando un gimnasio privado y a la vez esté pagando impuestos para el mantenimiento de las instalaciones públicas que le hacen competencia. Se debe fomentar el deporte pero no tiene sentido construir grandes instalaciones públicas donde ya existen instalaciones privadas de calidad; sería mejor invertir ese dinero en incentivar o subvencionar a los usuarios para que puedan acudir al centro que quieran, aunque desde el punto de vista político sea menos popular"*

*"El desarrollo del sector se ha movido por iniciativa propia de los empresarios privados, pero también empujados en cierta medida por la creación de grandes centros públicos. Al principio había una competencia desleal bestial, pero yo no creo que hoy en día sea así, los concursos de terrenos salen para que el que invierta no sea el ciudadano sino para que sean los empresarios. No es lo mismo que la administración construya su centro y dé la gestión a una empresa privada a que la empresa privada puje para la creación de ese centro desde el principio. Pero es cierto que quien ha empujado a que los centros privados sean más grandes y de mayor calidad ha sido la administración porque o te espabilas o te mueres y en este sentido este sector en vez de morirse se ha fortalecido"*

*"La gran diferencia que existe entre el sector público y el privado en lo que es la instalación es que, si el sector público cumple sus objetivos, se debe a toda la población y como se debe a toda la población tiene que asumir instalaciones que son deficitarias y que nunca va a querer el sector privado porque éste tiene ánimo de lucro, y sólo va a acoger unidades de negocio que le reporten dinero."*

*"Actualmente la inversión pública va a ir dirigida hacia el sector débil de la población, y la inversión que tiene más demanda se hará mediante contrato administrativo con el sector privado. En unos casos yo cederé el suelo, haré la instalación y tú llevarás la gestión, en otros casos yo cedo el suelo y tú haces la obra y llevas la gestión. Esto en Cataluña lleva mucho tiempo, en Mallorca en país vasco, y en Madrid estamos en ello, casi todas las poblaciones lo que hacen es eso. Cuando yo necesito un palacio de hielo no lo hago yo, porque es una actividad que no es necesaria para la población, ahora ¿tú te quieres jugar tu dinero?, yo te cedo el suelo y tú te haces tu obra, tu gestión y a partir de ahí yo te hago un seguimiento. Yo te*

*cedo el espacio, pero yo sigo siendo el titular, te lo cedo durante 30, 40 o 50 años, si no cumples las condiciones del contrato rescato el terreno y me quedo con la instalación. Mi visión es que esta inversión pública se haga en lo que yo llamo el débil, en el generalista, y que el sector privado se quede con lo que tiene posibilidad de generar beneficios. Algunas empresas los pueden generar sólo con la gestión, que son las empresas de servicios, y hay otras más fuertes, constructoras, que lo que están haciendo es aprovechar la infraestructura de su propia empresa, conciertan con terceros, que son esas empresas de gestión. Yo tengo mi infraestructura para hacer mi obra civil y concierto contigo la gestión, se unen y esta es la línea que va a continuar."*

Otros de los problemas que reflejan algunos de los entrevistados es la falta de profesionalidad (aunque como ya hemos comentado esto ha mejorado mucho en los últimos años) y el intrusismo existente en el sector ya que hasta ahora, cualquiera se ha podido dedicar a prestar una actividad física sin tener ninguna formación o cualificación especial.

En lo que se refiere a la regulación del sector, la mayoría de los entrevistados coincide en que es poca o nula, aunque se está trabajando en ello. En general se comenta que es un sector que se está regulando a sí mismo, desde dentro y a medida que se va desarrollando, por acción de los agentes sociales implicados. Un punto de partida importante en este sentido fue la aprobación del II Convenio Colectivo Estatal de Instalaciones Deportivas y Gimnasios. En esta línea, parece que el propio desarrollo del tejido empresarial y del diálogo social, conducirá a una regulación de estas actividades. En algún caso se comenta que existe normativa de carácter orientativo y voluntario (normas UNE), pero no hay una obligación de cumplimiento y por tanto tampoco un control de la misma. También se mencionan las normas NIDE (Normativa sobre Instalaciones Deportivas y para el Esparcimiento), elaboradas por el Consejo Superior de Deportes, que tienen como objetivo definir las condiciones reglamentarias, de planificación y de diseño que deben considerarse en el proyecto y la construcción de instalaciones deportivas. Sin embargo, estas normas sólo son de aplicación en aquellos proyectos que se realicen total o parcialmente con fondos del Consejo Superior de Deportes y en instalaciones deportivas en las que se vayan a celebrar competiciones oficiales regidas por la Federación Deportiva nacional correspondiente.

*"La práctica deportiva en España ha pegado un cambio brutal en los 10 últimos años, todo el mundo se apunta a hacer deporte, sin embargo no existe regulación ni a nivel público ni privado"*

*"Necesariamente habrá una regulación a medida que el tejido profesional y empresarial se desarrolle. Los propios agentes sociales se irán formando y desarrollando, definirán sus competencias y funciones y, a partir de ahí, se establecerá una regulación. Lo más importante en la regulación es el diálogo social"*

*"Siempre ha habido unas bases pero no hay una legislación explícita que nos obligue. También están las normas NIDE que son una normativa generalista, tipo AENOR, para desarrollar como debería ser un plan director de instalaciones dependiendo del tipo de instalación que*

quieras poner y del número de habitantes, pero no son de obligado cumplimiento, son orientativas. El objetivo es que hubiera un consejo evaluador o un sistema de evaluación, para que en los pliegos de condiciones de los concursos hubiera un visto bueno de que se cumple toda la normativa. Ahora está prácticamente normalizado todo a través de la normativa europea, la UNE, AENOR y las normas NIDE. ¿Se cumple? No. ¿Por qué no se cumple? Porque en la administración pública el proceso administrativo te lleva a sacar a concurso abierto y el criterio de la mesa de contratación muchas veces no es el más adecuado.

"La empresa privada me imagino que lo que hará es tomar la decisión que le venga en gana después de haber estudiado miles de propuestas, pueden ser más ágiles y tomar decisiones". "En cuanto al número de horas, normalmente son actividades que no están reguladas y deberían estarlo, actividades de estas características que implican un alto desgaste físico (aerobic, step, ciclo indoor...). Usted puede dedicar tantas horas, pero haciendo ver a la empresa que tiene que tener ocupadas las otras, porque es que sino le estas perjudicando y se buscará otra cosa y tendrás un lesionado en las cuatro empresas. Vamos a intentar que en los periodos de descanso haya una formación continua, haya una atención al cliente, se prepare un plan de formación personalizada, se atiendan reconocimientos médicos, o la tienda de deportes, o se analice el estudio que hemos hecho de seguimiento del personal, etc. Hace falta que el empresario lo asuma y no diga es que eso no lo pago a ese dinero o es que eso ya me lo hace fulanita, haz una reorganización de tu gente para que eso que ibas a contratar con manganito puedan hacértelo cinco monitores porque les vas a dar descanso de tal, tal,..., y cada vez que paran te lo van a estar haciendo, y es factible hacerlo."

"Un club o un profesional puede tener una buena cualificación, o decir que la tiene, pero no hay una estructura de referencia con la que se pueda contrastar, con la que el cliente lo pueda comprobar. En Suiza la mayoría de los clubs están regulados, y la administración sólo proporciona subsidios a las personas que acuden a clubs "acreditados" (aun así, carecen de una regulación en cuanto a la formación necesaria por los trabajadores con lo que tampoco es perfecto).

En general se están intentando autorregular todos estos aspectos a nivel europeo. Si no se parte de una regulación desde el propio sector, la administración no va a empezar a ponerse a ello.

Se debe tener claro que somos y debemos ser un sector muy profesional que está íntimamente relacionado con el sector de la salud, con alto interés en desarrollar una estructura y un sistema de regulaciones. En Francia, por ejemplo, está prohibido que los clubs de fitness digan que pueden atender problemas de salud, no están orientados a clientes con problemas de salud sino a adultos y niños sanos. Sin embargo es difícil establecer las diferencias entre ejercicio físico y salud. ¿Cuando una persona tiene sobrepeso y cuando es obeso?. Todo esto se está intentando abordar a nivel Europeo."

"Creo que debería haber un control público del servicio que se esta ofreciendo. No se puede ofrecer este tipo de servicio que esta relacionado tanto con la salud sin un control. Debería

haber inspecciones, pero no inspecciones de ver si se limpian las duchas, inspecciones de ver qué se esta haciendo, que tipo de actividades, que calidad tienen los monitores. Debería controlarse que estas actividades tienen un nivel, primero marcar ese nivel y luego ver que se está cumpliendo. Por lo menos saber, como en los restaurantes que si tienen una estrella lo diferencias del de cinco porque ha pasado unos controles, pero aquí cualquiera puede montar un centro y ponerse a dar actividades a 30 o 40 personas bajo su cuenta y riesgo."

Por lo que respecta a la regulación de las titulaciones y cualificaciones que deben de reunir los profesionales del sector se echa de menos la existencia de unos requisitos unificados o criterios que se deban de cumplir para impartir una determinada actividad (competencias de los distintos profesionales, formación necesaria, contenidos de la misma, número de horas teóricas y prácticas, etc). En muchos casos son actividades que inciden directamente en la salud de las personas, por lo que se deben garantizar unos conocimientos mínimos y una formación adecuada y de calidad. Hay por lo tanto una necesidad de establecer sistemas que permitan asegurar y contrastar el nivel de cualificación de los profesionales, la actualización periódica del mismo y la acreditación de la formación. En relación con este punto alguno de los entrevistados menciona la labor realizada por el INCUAL (Instituto Nacional de las Cualificaciones) mediante el desarrollo de la familia profesional de las actividades físicas y deportivas, dentro del "Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales" que ordena las cualificaciones profesionales susceptibles de reconocimiento y acreditación; así como la futura aprobación de la ley para la ordenación del ejercicio profesional de la actividad física y del deporte, de la cual ya existe un borrador de anteproyecto.

"Tienen que tener una formación reglada. Estamos trabajando con el cuerpo de una persona que se puede lesionar fácilmente si no sabemos unos principios que se estudian en una carrera que se llama ciencias de la actividad física y el deporte que son cuatro o cinco años, no en un curso de 30 horas que es lo que ha pasado hasta ahora. El problema es la regulación de los «titulitos», hay muchos cursos de 30, 40 horas que se anuncian como oficiales que no lo son y hay mucha gente por ahí dando clases con una formación escasa."

"Creo que debería estar unificado y depender de organismos públicos, cualquier tema relacionado con la salud debería de estar regulado. Un monitor de aeróbic debe tener una formación en temas de salud, tener personas a tu cargo debería de conllevar una responsabilidad que hoy en día no conlleva. Una persona se lesiona, le entra una lipotimia, una bajada de azúcar y se le dicen barbaridades, un ejercicio mal realizado puede ser una lesión grave. Si sale una actividad nueva, se debería regular, esta actividad es tal y necesita estas condiciones, y saber donde puedes recurrir para formarte, por ejemplo en las consejerías es donde se debería regular eso, se debería regular de una manera pública, no darlo como hacen ahora que son academias privadas, te dan unos «titulines», que no se si están homologados o no, pero que cada uno lo hace de una manera. Debería haber un profesorado bien regulado."

"La regulación del sector vendrá por los propios empresarios y trabajadores, por la acreditación de la formación (profesional y ocupacional fundamentalmente), así como por algún or-



*ganismo que regule o acredite la calidad del sector."*

#### **Influencia de los cambios sobre el papel de los trabajadores:**

Sobre los cambios producidos en el sector y la incidencia que han tenido en las actividades y funciones llevadas a cabo por los trabajadores, se destaca en primer lugar que ha cambiado la forma de dar las clases, que están más orientadas a las necesidades de los clientes. Antes se daba un nivel para una minoría y el que no podía aguantar se iba, hoy en día hay que adaptarse a todos los usuarios y modular el nivel o la intensidad del ejercicio en función de las características de los participantes además de hacer un esfuerzo importante de motivación. Esto obliga a tener una alta capacidad de adaptación y un importante desarrollo de las habilidades sociales (comunicación, motivación, etc.). No sólo se requiere al monitor que tenga un buen conocimiento técnico de la disciplina deportiva correspondiente y una buena ejecución del ejercicio, sino también que sea capaz de animar, entretener, motivar y dar respuesta a las diferentes necesidades e intereses de los diversos clientes y usuarios. Por otro lado, la aparición de nuevas actividades y modalidades de ejercicio que se ponen rápidamente de moda, obliga a los profesionales del sector de la actividad física y la salud a reciclarse profesionalmente y actualizar continuamente su formación.

*"Hay que tener claros los ejercicios recomendados y no recomendados (desde el punto de vista biomecánico), cómo se deben hacer los ejercicios, qué sistema de entrenamiento se debe de tener para unos determinados objetivos... pero además de esto, se debe de tener una gran habilidad social a la hora de comunicarse con los clientes (ser empático, asertivo a la hora de comunicarse, conectar adecuadamente). El "coaching" es un tema importante, no sólo para los líderes de equipo, sino para los instructores que al fin y al cabo son líderes para la gente que viene a entrenar."*

*"Tienen que ser técnicamente correctos pero además pero además tener buenas habilidades sociales (motivación, comunicación...). Tienen que ser capaces de entender las necesidades del cliente, se necesita una mayor capacidad de "inteligencia social" (es un trabajo más complejo que antes)."*

#### **Situación de la formación en el sector de la actividad física y la salud:**

En cuanto a si los profesionales del sector están suficientemente bien formados para abordar las funciones y tareas que se les demandan, existe diversidad de opiniones. En los grandes centros, afirman que sí, aunque a veces es necesario un poco de especialización en temas concretos, normalmente cuentan con un título de formación profesional, diplomado o licenciado además de cursos más específicos. En general se considera que las formaciones regladas de formación profesional (FP) y universitaria, presentan carencias sobre aquellas disciplinas y modalidades de ejercicio más específicas y demandadas por los clientes de los centros dedicados a la actividad física y la salud, sin embargo, son bastante completas en cuanto a temas generales relacionados con el ejercicio y la salud. Por ello, constituyen una buena base formativa, especialmente el título de Técnico Superior en Animación de Actividades Físicas y Deportivas (TAFAD),

aunque a menudo se tienen que complementar con cursos más específicos proporcionados por las distintas federaciones deportivas o por academias privadas. Por otro lado se comenta que hay una gran diversidad de títulos no reglados impartidos por centros de distinto tipo que, aunque se adaptan en mejor medida a las características específicas de cada actividad, en algunos casos carecen de fundamentos básicos y no ofrecen seguridad suficiente sobre la calidad de los mismos.

*"En general la formación reglada es muy buena, escasean un poquito en lo que se denominan habilidades blandas, inteligencia emocional, y temas por estilo relacionados con la atención al cliente".*

*"Hay muchos titulados en educación física o por FP (TAFAD) y realmente no salen preparados para trabajar en los gimnasios, quizá sale más preparada la gente de las academias privadas. Los títulos universitarios y de FP deberían tener asignaturas más específicas para la gente que se quiera orientar al fitness y wellness. Mucha gente con estas titulaciones trabaja en gimnasios, pero porque se han preocupado de completar su educación en academias privadas. Por otro lado la gente que sale de las academias puede tener buenos conocimientos técnicos pero le falta una formación de base más global y general".*

*"Realmente en todos esos centros privados no se necesitan licenciados para dar clases de monitores, ese ya es un problema de tipo contractual y económico, es decir, si usted quiere un licenciado para que este en la sala de monitor de musculación es ridículo, busque un monitor de musculación, si quiere un licenciado es para que dirija su gimnasio, para que coordine su gimnasio, para que gestione su gimnasio. No es un problema de que salgan con poco conocimiento, sino que para el perfil de este puesto usted necesita un técnico en musculación, no un licenciado. Otra cosa es que el licenciado busque trabajo mientras realiza un máster o termina la licenciatura y no tenga más remedio que trabajar como técnico de musculación para subsistir y usted le pague como técnico en musculación y no como licenciado, y entonces encuentre carencias para las que no esta preparado. En principio no esta preparado. Por otro lado, hay empresas privadas, con ánimo lucrativo, que forman a gente para cumplir unos requisitos específicos que demandan las empresas."*

*"Quizá es que este sector asume unas responsabilidades muy grandes sin demostrar tu experiencia y tu capacidad, es decir, no conozco ningún arquitecto que nada mas salir haga un edificio o un puente, se va a tirar la foto, a hacer fotocopias..., en cambio nosotros sale uno de TAFAD o licenciado y le ponemos a cargo de 20 señoras a las 9, 15 niños de 10 años a las 10, 14 abueletes de 65 a las 12, la responsabilidad que está asumiendo sobre ellos, la inmediata es la seguridad de lo que esta ocurriendo pero hay una que no es inmediata que es si lo que yo estoy desarrollando esta beneficiando o perjudicando a estas personas."*

Por lo que se refiere al trato con personal especialmente sensible o con particularidades especiales (patologías específicas, minusvalías, tercera edad, etc), se considera que aunque el monitor o entrenador pueda tener una base sobre aspectos anatómicos y fisiológicos, es necesario tener una colaboración estrecha con el personal médico de la instalación, que es el que debe

evaluar y recomendar los ejercicios y el nivel de intensidad apropiado para cada persona. Sin embargo no en todos los centros se dispone de un servicio o departamento médico.

*"A nivel general diría que sí, y en instalaciones grandes mejor aun, pero necesitas un filtro que es un sistema médico especializado gratuito para que te analice y te diga qué puedes y qué no puedes hacer. Por ejemplo cuando a un cliente le aconsejas hacer un tipo de natación en la piscina, automáticamente lo que hace el médico es ponerse en contacto con el coordinador de piscinas y, sin decir qué tipo de lesión tiene ni nada por el estilo, dice al monitor qué es lo que él aconseja a esa persona para que este la enseñe, la controle y la dirija. Es imprescindible la comunicación entre los facultativos médicos, es decir, médico y fisioterapeuta y los monitores."*

*"Depende mucho del centro. Nosotros tenemos un departamento de fisioterapia y cuando entra una persona nueva tiene que rellenar un cuestionario de salud, se revisa y, si tiene algún tipo de particularidad o patología, se le recomienda el tipo de ejercicio más adecuado".*

Sobre el grado de importancia que dan empresarios y trabajadores a la formación y cualificación de los profesionales también hay diversas opiniones. Algunos de los expertos consideran que se hacen grandes esfuerzos por formar a los trabajadores, se solicitan y organizan cursos, y aún así los trabajadores no acuden. En algunos casos es complicado proporcionar formación dentro del horario laboral cuando el trabajador está sólo 2 horas en el centro. En otros casos no se realizan suficientes acciones formativas simplemente por desconocimiento. Finalmente, están los que opinan que los trabajadores no se forman porque no ven una recompensa clara a esa formación, no se valora y tampoco se facilita el acceso a la misma.

*"En mi centro sí se invierte en formación a través de acuerdos con empresas. Se va a abrir un centro de pilates y va a mandar a 4 monitores a hacer la formación. La salud y el ejercicio están cada vez más relacionadas por lo que los profesionales de salud tienen mucho que decir en los centros deportivos (salen nuevas actividades como pilates, gimnasia terapéutica, natación terapéutica...). Procura que la gente de fisioterapia (p. ej), se forme en actividades físicas y que la gente de actividades físicas se forme en salud. Todos los años alguno de los instructores hace algún curso."*

*"Entre los empresarios creo que en general no se valora la formación. Sólo se quiere cumplir unos mínimos para que la gente no se queje. Entre los trabajadores, la precariedad hace que, muchas veces, no tengan interés en formarse; incluso, que por muchos cursos que tengan van a seguir en el mismo sitio, por el mismo dinero."*

*"Hace 4 años quizá no se le daba tanta importancia, hoy en día cada vez más. Cuando se invierten grandes cantidades en instalaciones y equipos se tiene más concienciación de la necesidad de tener verdaderos profesionales al cargo de las mismas".*

*"Los trabajadores le dan importancia, por supuesto. Lo difícil es conseguir reconocimiento a esa formación continua. No sólo es necesario un nivel de cualificación, sino mantenerse actualizado, seguir entrenando y formándose. Puede que no se les pague por ello, pero están concienciados de que tienen que reciclarse."*

*"Por ejemplo este año, a través de la federación nacional, hicimos unos cursos de formación específicos para el sector y yo en mi caso con la formación bonificada del FORCEM he impartido un curso para mis trabajadores. Pero esto del FORCEM no se conoce en las empresas, yo lo conozco y lo he aprovechado, pero el 98% de la gente no lo conoce."*

*"Los empresarios creo que les damos más importancia a la formación que los propios trabajadores. Yo en el curso que te comentaba de formación bonificada, he tenido que obligar a trabajadores a ir a un curso de excel dentro de su horario de trabajo, es decir, de 10 a 14 horas, y no querían ir. Hay mucho trabajador que habla de formación y no quieren ir a la formación, les cuesta o no hemos sabido transmitirles la necesidad de formarse."*

*"Yo creo que los trabajadores no dan mucha importancia a la formación,, pero no por ellos, sino porque no se exige y tampoco se recompensa, tu empiezas a formarte y realmente eres licenciado en educación física, entras en un centro para ser monitor y cobras lo mismo que el que se ha hecho el curso en cien horas. Las personas no se esfuerzan en decir mi mayor cualificación me va a reportar mejor retribución. Creo que no está adecuado con lo que tienen que hacer, pero creo que por razones de no estar bien regulado. No se les exige y tampoco se premia tener esa formación, a lo mejor sí que les premia su usuario, el día a día, pero eso es una motivación mas bien personal."*

Entre las carencias y necesidades del sector se habla de organizar y regular la formación (número de horas, contenidos, requisitos para dar formación...), además de una mayor especialización. También se destacan temas de anatomía y fisiología del cuerpo humano, calentamiento, etc; así como habilidades sociales de concienciación, motivación, comunicación y atención al cliente y usuario. Normalmente, los programas formativos van por detrás de las necesidades reales de los centros, especialmente los de las enseñanzas regladas.

*"El tema del rendimiento de la preparación física es lo que se ha cuidado hasta ahora, pero creo el tema del bienestar, de tener en cuenta la psicología de las personas, el sentirse a gusto, todas esas cosas yo creo que no se tienen muy en cuenta. Por ejemplo, cuando entra una persona en una sala de musculación no se tiene en cuenta su estado de ánimo, no se tiene en cuenta el motivarlo para que trabaje a gusto, lo que se hace es darle una rutina adecuada. El tema del bienestar y el tema psicológico yo creo que irá a más, por aquí se puede avanzar mucho".*

*"Por parte de las administraciones se deberían facilitar cursos de formación continua para trabajadores en temas específicos del ejercicio físico y la salud, como se hacen de inglés o informática".*

*"En general, no hay grandes necesidades. Los estándares de cualificación son bastante buenos (quitando casos puntuales en algunos países). El problema es que a veces los trabajadores se confían demasiado y van más allá de lo que su formación les capacita, estiran sus habilidades más allá de sus competencias. Hay que dejar claro, hasta donde pueden llegar y lo que pueden hacer y lo que no, por eso se está trabajando en el marco de competencias y*

cualificaciones".

En lo que respecta a las medidas que se estén tomando o se puedan tomar para mejorar la situación de la formación y cualificación en el sector de la actividad física y la salud, hay bastante unanimidad en que es necesaria una regulación y unificación de criterios. Que cuando se contrate a un monitor se pueda saber qué conocimientos y qué competencias puede desarrollar y a qué nivel. Algunos de los entrevistados comentan que esto ya se está realizando, mientras que otros desconocen la existencia de medidas de este tipo.

*"Se tendría que regular a nivel público. Deberían exigirse y estandarizarse con normas y reglamentos todos los contenidos formativos, a nivel práctico, y a la vez solucionar el tema de la precariedad laboral".*

*"Por un lado está la adaptación a la ley 5/2002 de cualificaciones profesionales y el desarrollo de la familia profesional de las actividades físicas y deportivas del Catálogo Nacional de Cualificaciones profesionales, un catálogo de referencia, que permitirá tener un reconocimiento y una credibilidad de que los técnicos están formados para realizar sus competencias."*

*"Falta una regulación del sector profesional, que ahora mismo ya está hecha, falta aprobarla. Cuando salga ese documento delimitará el tipo de espacio y quien y cómo se debe actuar en cada caso. ¿Ud. quiere abrir un gimnasio con estas características?, entonces ud. necesita un licenciado, un no sé qué y un no sé cuántos; y empezará a controlarse. Es un empujón muy grande que le ha dado la Subdirección del Consejo Superior de Deportes".*

*"La ley de la actividad física se está modificando ahora, pero va a establecer qué requisitos tiene que cumplir un centro deportivo público o privado y qué figura debe estar al frente como director técnico, etc, etc".*

Sobre formación específica en materia de prevención de riesgos laborales, se considera que es escasa, que se está empezando a aplicar ahora, pero hay poca concienciación. En los títulos formativos existentes se limita a temas de primeros auxilios, calentamiento y estiramiento. En las empresas es muy básica y genérica, y las actuaciones vienen después de que surgen los problemas pero no hay una anticipación y previsión de los mismos. Además, en ocasiones la formación que se da no se adapta bien a las particularidades del sector.

*"No hay una formación específica para este sector. Yo he tenido que contratar a una empresa externa que me lleve la prevención y han tenido que venir varios días para ver lo que hay. Es muy diferente a una oficina."*

*"En las academias de enseñanza no se tienen en cuenta la prevención (al menos no en profundidad). En la enseñanza reglada parece que un poco más (creo que hay una asignatura de seguridad e higiene en el TAFAD). Sería algo importante, habría que pensar en contratar a profesionales con perspectivas de futuro y para ello es necesario preocuparse por los aspectos preventivos (calentamiento, vuelta a la calma, no coger frío después del ejercicio), evitar lesionarse o caer enfermos y poder tener un rendimiento óptimo y duradero en su trabajo."*

*"La prevención está un poco descuidada, se hacen cursos de reanimación cardiopulmonar, de evacuación, de protección contra incendios... pero en el caso de formación específica para la prevención de los accidentes de los propios trabajadores, no, no está bien."*

*"La formación en prevención de riesgos es fundamental y además debería haber una formación continua. Esto se hecha en falta, además es un tema muy específico. Desde que yo estoy aquí, ahora es cuando hay un curso que habla un poco de su puesto de trabajo específicamente y de sus riesgos, y llevan trabajando aquí cinco o seis años. Eso debería ser continuo, por ejemplo cuando hay una instalación nueva, una nueva máquina, eso cambia todo. Pero siempre se buscan las soluciones cuando surge el accidente."*

#### Situación en cuanto a Prevención de Riesgos Laborales:

En cuanto a la situación e importancia de la prevención de riesgos laborales en el sector, existe consenso en que es un tema muy importante, pero poco implantado todavía. Hay mucho que mejorar y desarrollar, para poder afrontar la problemática derivada de los riesgos de la actividad, sobre todo teniendo en cuenta que, cada vez más, es una profesión a largo plazo y no solamente una actividad temporal o complementaria a otro tipo de actividades. Quitando los puestos de mantenimiento, en los que los riesgos son evidentes y en los que hay que mejorar en concienciación y uso y adecuación de los EPIs a las tareas desarrolladas, los riesgos de accidente no son muy grandes. Sin embargo, entre los monitores existe el problema de las lesiones deportivas que se considera como algo natural de la actividad y el enorme desgaste físico a medio y largo plazo, sobre todo en algunas disciplinas en las que, pasados los 30 años, los monitores están destrozados físicamente. De momento no ha sido muy problemático porque es un sector joven y hasta el momento se regulaba sólo (cuando alguien estaba lesionado se dedicaba a otra cosa) pero en unos años va a serlo.

*"A nivel personal opino que en muchos centros la seguridad laboral brilla por su ausencia, pero a veces por falta de profesionalidad o de información, más bien de información. En muchos casos no se hacen bien los presupuestos, como gastos sociales se consideran los sueldos y la seguridad social, pero hay un coste añadido que creo que es necesario de prevención, de vigilancia de la salud en todos los sentidos... A nivel general creo que el grado de implantación de la prevención es bajo, pero es por educación, no tenemos mentalidad preventiva".*

*"Las empresas en un porcentaje elevado lo que quieren es tener la documentación de prevención en estado aceptable según el criterio de la inspección en cada momento y punto, lo justito: el contrato de prevención si tienen la prevención ajena, la evaluación de los puestos de trabajo que a lo mejor tienen 10 puestos y hay 5 evaluaciones; luego ya depende de la profesionalidad de tu equipo de prevención que hay de todo... con el boom del 2000 salieron muchos marrulleros, y, por parte de la administración, hay una falta de información importante, no se tiene en cuenta que en este sector hay muchas empresas que son muy pequeñas, de carácter familiar".*

*"Mi opinión es que la ley de prevención de riesgos laborales esta muy poco implantada en el sector de instalaciones deportivas, y en general en la sociedad española. Muchas veces se*

*hecha la culpa al empresario, cuando el trabajador no se interesa mucho en la prevención aunque le des cursos, equipos de protección, etc. Un ejemplo tengo dos personas en mantenimiento que han recibido una formación en prevención porque les hemos contratado, y a la hora de subirse a un andamio a diez metros de altura, les has informado y se lo has comunicado de forma verbal que se tiene que poner el arnés y les ves que suben arriba sin ponérselo y discutir con ellos porque no se lo quieren poner porque les estorban, no asumen que es un problema de seguridad."*

*"¿Se cumple la ley de prevención de riesgos laborales? Pues yo te digo no. No se está cumpliendo, la administración pública no la cumple, y la privada la cumple en medida que tiene que presentar un plan de prevención, que son casi todos iguales. Formación con respecto a prevención nula, va más dirigido a la actuación en caso de accidente que a la prevención del accidente y a la evaluación de los riesgos. Cuando suceden cosas puntuales pues se toman medidas pero es un sector en la que tenemos que mejorar muchísimo. Nos tenemos que poner las pilas, y digo nosotros desde la gestión y dirección tenemos que obligar a todos los que trabajan con nosotros a que conozcan los riesgos que asumen con su práctica deportiva a todos los niveles. Darles nuestro plan de riesgos, los equipos, etc, y pedirle a la entidad o servicio de prevención que me evalúe las funciones y las tareas de lo que yo ya estoy haciendo".*

*"Yo echo de menos que se certifiquen las máquinas y otros utensilios que se utilizan, cada vez se hace más pero por iniciativa privada, y no sólo las máquinas sino también los materiales de suelos, piscina, etc. Además el material hay que cuidarlo y muy bien cuidado, engrasarlo cuando sea necesario y tenerlo todo en condiciones".*

*"En cuanto a los monitores los principales riesgos vienen por el propio desarrollo de la actividad física, sobre todo por falta de formación. El mayor riesgo son las lesiones crónicas que al final acaban con su futuro profesional."*

*"Las lesiones de trabajadores jóvenes son de recuperación rápida, pero los de mayor edad acusan más enfermedades crónicas que es muy importante controlar. Hasta hace poco, los trabajadores cobraban por clase dada con lo que el ritmo que se imponían era muy fuerte. Esto no se puede mantener porque, aparte de la necesidad de suavizar el ritmo para evitar lesiones, cada clase requiere una preparación y una concentración. En mi centro los monitores a jornada completa están 35 horas semanales más 5 horas de preparación de actividades en su casa. Dan 2 o 3 clases diarias y el resto de la jornada hacen otro tipo de actividades."*

*"Hay que concienciar a los directores de las instalaciones de que un monitor no puede estar seis horas dando clases de aeróbic, no solo porque el usuario se va a quejar, sino porque te vas a cargar al monitor. Luego no sirve decir que voy a contratar a otro, porque al final contratas a otro que no va a tener mucha experiencia".*

*"Los monitores de aeróbic, es imposible que te aguanten 8 o 10 años, porque hay que estar muy bien físicamente, les pasa lo mismo a los de step, cycling, spinning, esa gente tiene las típicas lesiones deportivas derivadas de la fatiga muscular, casi todos los problemas son por la falta de descanso y provocan esguinces, tendinitis, bursitis, depende de la actividad que sea."*

Como posibles soluciones a la sobrecarga de trabajo, se plantea la regulación del número de horas a dar de cada actividad, la mejora de la estabilidad laboral a largo plazo y el desarrollo de una formación más específica. En algunos casos se plantea la polivalencia en diferentes disciplinas deportivas de los monitores como una solución a la sobrecarga de determinadas partes del cuerpo, pero en otros se considera que es un error, ya que al final acaban machacándose más.

*"En nuestra empresa hicimos un experimento de multidisciplinar y polivalente y fue totalmente negativo, no sirve ni económicamente para la empresa, ni sirve como imagen, ni sirve para el cliente, ni sirve para el monitor porque al final se destroza psíquica y físicamente. No son personas que estén acostumbradas a las 40, 35, 30 horas semanales, son personas que están acostumbradas a sus 20 horas en su disciplina que es la que dominan y que ellos mismos se preocupan por ser los mejores en la misma".*

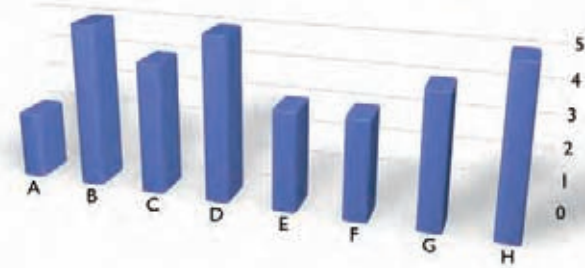
*"Yo relacionado con la salud laboral, lo mejor sería que, a través de los sindicatos y la federación nacional de empresarios, la Seguridad Social reconociera una jubilación parcial o total en determinadas personas, es decir monitores de sala o de clases colectivas, a partir de cierta edad. No veo a un monitor dando muchas clases colectivas a partir de los 50 años, sin embargo esto no se reconoce como tal. Ese sería un paso importante.*

*Otro tema sería dar cursos y seminarios para concienciar sobre prevención de riesgos y los beneficios de cuidarse y regularse para alargar su vida laboral. Que no vayan a lo loco a dar 4 clases aquí, 8 en el otro lado... y no es tema de que estén mal pagados, el buen monitor gana mucho dinero."*

**Grado de consenso entre los expertos entrevistados**

Para concretar el grado de acuerdo o desacuerdo sobre determinados puntos extraídos de las entrevistas realizadas a los expertos, se realizó un estudio delphi entre los mismos, remitiéndoles un cuestionario con los resultados que se muestran a continuación. Las gráficas, muestran para cada una de las cuestiones planteadas el grado de acuerdo con una valoración del 1 al 5 (siendo 1 nada de acuerdo y 5 totalmente de acuerdo).

A pesar de la falta de regulación en el sector de la actividad física y la salud, en los últimos años se ha alcanzado un alto nivel de profesionalidad en el mismo.



Aunque, prácticamente todos los expertos están más o menos de acuerdo en que el nivel de profesionalidad en el sector de la actividad física y la salud ha experimentado un buen desarrollo en los últimos años y es bastante alto en la actualidad (a pesar de la falta de regulación), las respuestas obtenidas evidencian distinto grado de acuerdo e, incluso, uno de ellos muestra cierto desacuerdo, opinando que el grado de profesionalidad todavía no es todo lo alto que debería.

Es necesario regular el sector estableciendo claramente las condiciones y requisitos que deban de cumplir las instalaciones dedicadas a la actividad física y la salud y el marco de actuaciones de las mismas, así como organismos de referencia, regulación y control de las mismas.



En cuanto a la necesidad de regularizar el sector, prácticamente todos los expertos están totalmente de acuerdo, o en buen grado de acuerdo, con esta afirmación. Únicamente uno de ellos opina que no es necesaria tanta regulación, que lo que se necesita es fomentar la formación.

*"En ese sentido es muy importante la formación, la regulación es menos importante, no hacen falta tantas leyes para regular esto y lo otro".*

**El grado de formación de los profesionales del sector es suficiente para realizar su trabajo en condiciones de seguridad y salud (no sólo para los clientes sino también para ellos mismos).**



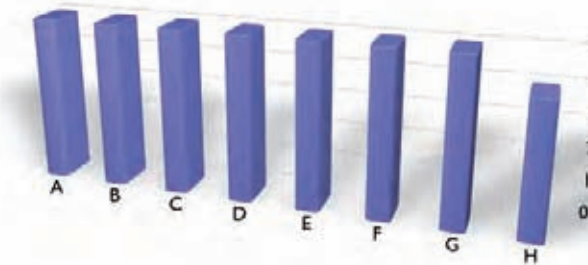
A la pregunta sobre si el grado de formación de los profesionales del sector es suficiente para la realización de su trabajo en condiciones de seguridad y salud, las respuestas de los expertos evidencian diferentes opiniones al respecto. Mientras que la mayoría están de acuerdo en que la actual formación de los trabajadores les permite desarrollar su trabajo en condiciones aceptables de seguridad y salud, dos de los expertos están poco de acuerdo con esta afirmación, considerando que es necesario mejorar el nivel de formación de los mismos para alcanzar mayores cotas en cuanto a su seguridad.

Las habilidades sociales (comunicación, atención al cliente, motivación, capacidad de adaptación y organización...) son esenciales en el papel actual del monitor.



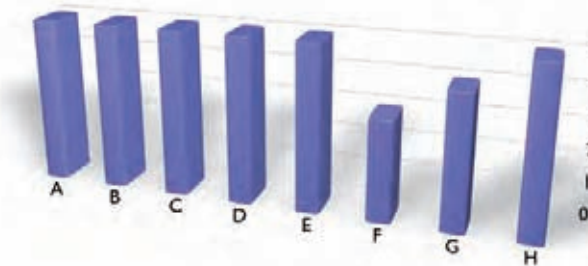
A juicio de los expertos participantes, se observa un alto grado de acuerdo con respecto al hecho de que las habilidades sociales (como la comunicación, la atención al cliente, la motivación y la capacidad de adaptación y organización) son cada vez más esenciales en el desarrollo de la tareas propias del puesto de monitor. Esto refleja la complejidad que está ganando este puesto de trabajo, que no requiere únicamente una capacidad técnica y un buen conocimiento de las diferentes disciplinas deportivas, sino también una alta capacidad de adaptación, así como saber entender y dar respuesta a las necesidades y demandas de los diferentes clientes y usuarios con todas las particularidades que estos puedan tener.

Los títulos de formación reglada (Formación profesional y universitaria) deberían incorporar ramas o asignaturas más específicas y adaptadas a las necesidades reales de los gimnasios e instalaciones dedicadas a la actividad física y la salud (como son las principales disciplinas del fitness y wellness).



En esta cuestión se alcanza el mayor grado de acuerdo entre los expertos, estando prácticamente todos totalmente de acuerdo en que los títulos de formación reglada deberían incorporar ramas o asignaturas más específicas y adaptadas a las necesidades reales de los centros dedicados a la actividad física y la salud. Queda por tanto reflejada la necesidad de proporcionar titulaciones más aplicadas y mejor adaptadas a las demandas del mercado laboral del sector.

Sería necesaria una mayor comunicación y coordinación entre las instituciones dedicadas a la formación reglada (Formación profesional y universitaria) y las dedicadas a la formación no reglada (federaciones deportivas y empresas privadas).



La opinión mayoritaria obtenida de las respuestas de los expertos alcanza el consenso en cuanto a la necesidad existente y real de comunicación y coordinación entre las instituciones dedicadas a la formación reglada (Formación Profesional y universitaria) y las dedicadas a la formación no reglada (federaciones deportivas y empresas privadas) a la hora de compenetrarse en la formación ofrecida por unas y por otras y los contenidos de la misma para homogenizar las diferentes cualificaciones.

Es necesario establecer unos requisitos mínimos de formación que capaciten para el desempeño de las distintas actividades, regulando la titulación que deben tener los trabajadores para desempeñar una determinada función, así como el número de horas que deben tener los diversos cursos formativos y los contenidos de los mismos.



En lo que se refiere al establecimiento de unos requisitos mínimos de formación, regulación de las titulaciones necesarias y de los contenidos y duración de los cursos de formación para el desempeño de determinadas funciones, existe acuerdo entre todos los expertos, aunque no en todos los casos este acuerdo es total, expresando 3 de los expertos encuestados un grado de acuerdo moderado.

**La inversión en formación que puedan realizar actualmente los trabajadores se ve suficientemente recompensada posteriormente (tanto económicamente como a nivel de reconocimiento profesional).**



Las opiniones de los expertos en relación a esta cuestión varían mucho no pudiéndose decir que exista acuerdo al respecto. Solamente uno de los expertos se muestra totalmente de acuerdo, mientras que el resto se muestra más o menos de acuerdo e incluso poco de acuerdo. Esto demuestra la distinta percepción que tienen los expertos al respecto, que se debe probablemente a la gran disparidad de situaciones que se dan en la realidad. Si bien parece que se acepta que el esfuerzo realizado en formación tiene cierta recompensa para el trabajador, no es una situación clara y evidente, pudiendo haber profesionales con una buena formación que están igual de valorados que los que apenas tienen formación o tienen una formación de baja calidad.

**La mejora de las posibilidades y de la estabilidad laboral a largo plazo redunda en una mayor preocupación y concienciación en materia de prevención de riesgos laborales por parte de los trabajadores.**



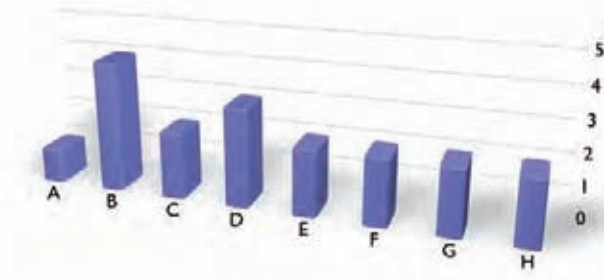
Las respuestas de los expertos evidencian un acuerdo general en mayor o menor grado sobre que la mejora de las condiciones laborales a largo plazo redunde en una mayor concienciación en materia de prevención de riesgos laborales por parte de los trabajadores. Esto se explica porque la temporalidad y la precariedad laboral, producen cierto grado de desinterés y falta de preocupación entre los trabajadores, mientras que, si consideran su trabajo como una posibilidad laboral a largo plazo, están más motivados y se preocupan en mayor medida de cuidarse para no tener problemas a largo plazo.

En general, existe un buen nivel en cuanto a concienciación y cultura preventiva entre los trabajadores y empresarios del sector.



En cuanto al nivel de concienciación y cultura preventiva en el sector, existen discrepancias entre los expertos. Mientras algunos muestran su acuerdo, incluso con gran énfasis, otros dejan ver su desacuerdo respecto a este punto. Nuevamente, parece ser que existe disparidad de situaciones y, mientras que en algunos centros y colectivos el grado de concienciación es bueno, en otros deja todavía bastante que desear.

La formación específica en prevención de riesgos laborales se adapta adecuadamente a las necesidades reales de los trabajadores y a las actividades del sector.



En este caso, existe cierto grado de consenso en un ligero grado de desacuerdo con esta cuestión. La mayoría de los expertos participantes considera que la formación en materia de prevención de riesgos laborales no es suficientemente específica ni se adapta bien del todo a las características propias de los puestos de trabajo y, por tanto no cumple con el objetivo principal que es el dar a conocer los riesgos inherentes a la actividad que se desarrolla, así como las medidas preventivas que se deben poner en práctica para evitarlos o paliar sus efectos. Dos de los expertos, sin embargo, consideran que la formación en materia de prevención de riesgos laborales sí es adecuada a la realidad del sector.

De todo ello, podemos concluir que, en general, los expertos entrevistados ponen de manifiesto la necesidad de una mayor adaptación de los recursos formativos (preventivos o no) a las características propias y las demandas del sector, siendo necesario desarrollar sistemas para regular las distintas actividades y el papel de los diferentes profesionales en las mismas, así como los títulos formativos que capacitan para su desarrollo. Todo ello, junto con una mejora de la estabilidad y las condiciones laborales, redundará en una mayor concienciación y una mayor implantación de la cultura preventiva en el sector.





El libro blanco del deporte de la Comisión de las Comunidades Europeas ( [http://ec.europa.eu/sport/index\\_en.html](http://ec.europa.eu/sport/index_en.html) ), considera el deporte como un fenómeno social y económico que contribuye a los objetivos estratégicos de solidaridad y prosperidad de la Unión Europea. El deporte constituye una actividad atractiva a los intereses de los ciudadanos que promueve valores importantes como el espíritu de equipo, la solidaridad, la tolerancia y el juego limpio, a la vez que contribuye al desarrollo y a la realización personal. Además, las instituciones europeas reconocen su papel en cuestión de salud, educación, integración social y cultural.

Como características destacables del deporte, el libro blanco señala:

- Su gran poder de convocatoria.
- Su importancia para la lucha contra problemas de salud (sobrepeso, obesidad, enfermedades cardiovasculares, diabetes...).
- El refuerzo que supone del capital humano. Los valores transmitidos a través del deporte contribuyen a desarrollar el conocimiento, la motivación, las capacidades y la disposición para el esfuerzo personal.
- El voluntariado en organizaciones deportivas ofrece numerosas oportunidades de educación no formal y refuerza la ciudadanía activa.
- El deporte contribuye en gran medida a la cohesión económica y social y a lograr unas sociedades más integradas. Todos los ciudadanos deberían tener acceso al deporte.
- El deporte concierne a todos los ciudadanos, independientemente de su sexo, raza, edad, discapacidad, religión y creencia, orientación sexual y condición social o económica.

Por otro lado, en el libro blanco se reconoce que el deporte es un sector de actividad dinámico que crece con rapidez y tiene un impacto macroeconómico infravalorado que puede contribuir a los objetivos de crecimiento y creación de empleo, sirviendo como herramienta para el desarrollo local y regional, la regeneración urbana o el desarrollo rural. También se menciona la sinergia entre deporte y turismo que estimula la mejora de las infraestructuras y el establecimiento de nuevos partenariados para financiar las instalaciones deportivas y de ocio.

Sin embargo, la importancia del sector del deporte no solamente se encuentra en su capacidad de crecimiento laboral y económico, sino también en la reducción del gasto sanitario que conlleva la actividad física y el estilo de vida saludable que se promueve entre la población.

Todo ello, hace que desde las instituciones europeas se muestre interés en promover el sector y, en concreto, en fomentar el diálogo social entre las diferentes organizaciones implicadas. En este sentido, la Comisión puede crear un Comité Sectorial para el Diálogo Social sobre la base de una petición conjunta de los interlocutores sociales, considerando que el diálogo social europeo en el sector del deporte o en sus subsectores permitiría a los interlocutores sociales contribuir a dar forma a las relaciones laborales y a las condiciones de trabajo de forma activa y participativa. En este ámbito, el diálogo social también podría llevar al establecimiento de códigos de conducta o estatutos, acordados mutuamente, con los que abordar las cuestiones relacionadas con la formación, las condiciones laborales o la protección de los jóvenes. Por ello, la Comisión Europea impulsará y acogerá los esfuerzos que lleven a establecer comités europeos

# 09

## CONCLUSIONES

para el diálogo social en el sector del deporte, dando apoyo a empleadores y empleados, y continuando su diálogo con las diferentes organizaciones deportivas.

Se establece por tanto el diálogo social como base para la definición de la estructura y la regulación del sector que, hasta ahora, se ha ido autorregulando internamente a medida que se iba desarrollando.

Dentro de las funciones sociales y dinamizadoras de la economía, se encuentran los centros e instalaciones dedicados a la actividad física y de la salud que son objeto de este estudio. Dichas instalaciones se han desarrollado y profesionalizado de manera importante en los últimos diez años en respuesta a la demanda de la población de una gran variedad de actividades relacionadas con el ejercicio físico, la salud, el ocio y el bienestar físico y mental de las personas.

El rápido desarrollo de este tipo de centros e instalaciones ha puesto de manifiesto una serie de necesidades relacionadas con la propia regulación del sector, la formación de los trabajadores del mismo y la aplicación de la normativa sobre prevención de riesgos laborales.

En este sentido se encuadran las principales conclusiones del presente estudio, entre las que se desatacan las siguientes:

- Se detecta una carencia de regulación a todos los niveles, desde la formación y capacitación de los profesionales, a las características de las instalaciones, los aparatos, maquinaria y materiales utilizados.

No obstante, se están realizando esfuerzos importantes por mejorar esta situación, llevándose a cabo acciones como las siguientes:

- La aprobación del II Convenio Colectivo estatal de Instalaciones Deportivas y Gimnasios, suscrito con fecha 27 de julio de 2006 por la Federación Nacional de Empresarios de Instalaciones Deportivas (FNEID) en representación de las empresas del sector y por la Federación de Servicios de UGT (FeS-UGT) y la Federación de Comunicación y Transporte de CCOO (FCT-CC.OO) en representación de los trabajadores del mismo.

- La definición por parte del INCUAL (Instituto Nacional de las Cualificaciones) de las cualificaciones de la familia profesional de las actividades físicas y deportivas dentro del Catálogo Nacional de Cualificaciones Profesionales:

- Acondicionamiento físico en sala de entrenamiento polivalente

- Acondicionamiento físico en grupo con soporte musical

- Socorrismo en instalaciones acuáticas

- Guía por itinerarios de baja y media montaña

- Guía por itinerarios en bicicleta

- Guía en aguas bravas

- Los proyectos europeos para definición de competencias y cualificaciones de los profesionales del sector (Eurofit-QST), homologación de estructuras y titulaciones educativas (EQF – European Qualification Framework, ECVET -Fitness y AEHESISS) y promoción del diálogo social (RBT - Row the Boat Together).

- Aunque la siniestralidad del sector no es elevada, existen algunos riesgos derivados de la actividad que es importante controlar.

Los principales riesgos laborales del sector se producen en los puestos de mantenimiento y limpieza por los productos químicos utilizados y el manejo de herramientas y maquinaria que pueden suponer cierta peligrosidad. En general, estos riesgos son fácilmente controlables mediante la automatización de los procesos de dosificación de los productos de tratamiento del agua, el correcto mantenimiento de la maquinaria y elementos de las instalaciones, así como la utilización de los correspondientes Equipos de Protección Individual; sin embargo en la práctica estas acciones se ven dificultadas por la falta de cultura preventiva y la falta de adecuación de los EPIs a las condiciones de humedad y temperatura que a veces se dan en las instalaciones.

En los puestos de monitores de actividades físicas los riesgos más habituales son las lesiones derivadas del ejercicio físico, la fatiga física y mental por sobrecarga de trabajo (especialmente si desempeñan su actividad por horas en varios centros de trabajo), las afecciones laríngeas por la necesidad de forzar la voz y la exposición a altos niveles de ruido.

Los trabajadores de puestos de agua están expuestos a golpes o caídas al mismo nivel, a cambios bruscos de las condiciones de humedad y temperatura, así como a cloro u otras sustancias desinfectantes que pueden afectar al pH de la piel y las mucosas, o acumularse en el aire ambiente produciendo irritaciones en las vías respiratorias.

Entre los fisioterapeutas y masajistas, los riesgos vienen derivados de la adopción de posturas forzadas y de la realización de fuerza con manos y brazos, así como por la carga mental que supone el trato tan cercano al cliente.

Finalmente, entre el personal de atención al cliente y recepción se dan también riesgos posturales y ergonómicos, así como carga mental por la atención a clientes y usuarios.

- En cuanto a la problemática específica que supone del desgaste físico debido a la realización continuada de ejercicio de alta intensidad entre los monitores de algunas disciplinas, principalmente aeróbicas (aerobic, step, ciclo indoor...), es un tema que preocupa bastante a los profesionales del sector. Quitando algunos profesionales que pueden alcanzar un elevado nivel en su disciplina y dedicarse a ella en calidad de maestros, el resto habitualmente tiene que abandonar su actividad o reciclarse hacia otras labores, ya sea dentro o fuera del sector. Entre las posibles soluciones a esta situación se recoge el facilitar a estos profesionales formación que les capacite para el reciclaje profesional y el desempeño de otras funciones más relacionadas con la gestión y la atención al cliente, la mejora de la estabilidad laboral, el control del número de horas diarias que se imparten de las actividades de alta intensidad, e incluso la consideración de ciertas patologías como enfermedad profesional, así como el reconocimiento de una jubilación parcial o incapacidad permanente para el desempeño de la actividad habitual.

- Aunque en los grandes centros habitualmente se cumple con los requisitos básicos de la normativa de seguridad y salud, la actividad preventiva aún no está suficientemente implantada en el sector. En general, se adolece de falta de concienciación y cultura preventiva y, a menudo, las actuaciones de prevención de riesgos laborales (evaluaciones, acciones informativas y formativas, etc) no son suficientemente específicas, no se adaptan a las características reales del sector o van más encaminadas a la actuación en caso de accidente que a su prevención.

- En lo que se refiere a carencias y necesidades formativas dentro del sector de las empresas e instalaciones dedicadas a la actividad física y la salud, se echa en falta una regulación y homologación de los diversos títulos formativos, así como un control de la calidad y los contenidos de los mismos, aspectos que se verán mejorados en gran medida mediante la futura aprobación de la Ley para la Ordenación del Ejercicio Profesional de la Actividad Física y del Deporte. Por otro lado, son necesarios recursos formativos de calidad, menos genéricos y más adaptados a las necesidades reales de este tipo de centros. En cuanto a formación en prevención de riesgos laborales, debe ser más específica, adaptándose a las actividades, procedimientos, maquinaria, aparatos e instalaciones del sector, y debe estar más orientada a la prevención propiamente dicha, y menos a la actuación una vez que se produce el accidente.



# 10

## BIBLIOGRAFÍA Y REFERENCIAS NORMATIVAS

- "Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte". UNESCO 1978.
- "Libro blanco sobre el Deporte" Comisión de las Comunidades Europeas. Bruselas, 11.07.2007. COM (2007) 391 final. ([http://ec.europa.eu/sport/index\\_en.html](http://ec.europa.eu/sport/index_en.html))
- "La familia profesional de las Actividades Físicas y Deportivas" Centro de Estudios Económicos Tomillo (CEET). Noviembre de 2006.
- Antonio P.O. Carvalho, Carla C.S. Barreira. "Some Environmental Comfort Parameters In Health Fitness Centres". University of Porto. II Congreso Mundial de Ciencias de la Actividad Física y del deporte, 12-15 Nov de 2003. Granada. España.
- NTP 689: Piscinas de uso público (I). Riesgos y prevención. INSHT.
- NTP 690: Piscinas de uso público (II). Peligrosidad de los productos químicos. INSHT.
- NTP 341: Exposición a cloro en piscinas cubiertas. INSHT.
- NTP 635: Clasificación, envasado y etiquetado de las sustancias peligrosas. INSHT.
- Anteproyecto de Ley para la Ordenación del Ejercicio Profesional de la Actividad Física y del Deporte.
- LEY 31/1995, de 8 de noviembre de prevención de riesgos laborales. BOE nº 269, de 10 de noviembre.
- REAL DECRETO 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención. BOE núm. 27 de 31 enero.
- REAL DECRETO 604/2006, de 19 de mayo, por el que se modifican el Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los Servicios de Prevención, y el Real Decreto 1627/1997, de 24 de octubre, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en las obras de construcción. BOE núm. 127 de 29 de mayo.
- REAL DECRETO 780/1998, de 30 de abril, por el que se modifica el Real Decreto 39/1997, de 17 de enero, por el que se aprueba el Reglamento de los servicios de prevención.
- REAL DECRETO 171/2004, de 30 de enero, por el que se desarrolla el artículo 24 de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales, en materia de coordinación de actividades empresariales. BOE núm. 27 de 31 de enero.
- REAL DECRETO LEGISLATIVO 1/1995, de 24 de marzo, por el que se aprueba el texto refundido de la Ley del Estatuto de los Trabajadores. núm. 75 de 29 de marzo.
- LEY 50/1998, de 30 de noviembre, de Medidas Fiscales, Administrativas y del Orden Social. BOE núm. 313 de 31 de diciembre. Por la que se modifican los artículos 45, 47, 48 y 49 de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales.
- LEY 39/1999, de 5 de noviembre, para promover la conciliación de la vida familiar y laboral de las personas trabajadoras. BOE núm. 266 de 6 de noviembre. Por la que se modifica el artículo 26 de la Ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales.
- REAL DECRETO 486/1997, de 14 de abril, por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud en los lugares de trabajo. BOE num. 97 de 23 de abril.
- REAL DECRETO 485/1997, 14 de abril, sobre disposiciones mínimas en materia de señalización de seguridad y salud en el trabajo. BOE núm. 97 de 23 de abril.
- REAL DECRETO 487/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud

relativas a la manipulación manual de cargas que entrañe riesgos, en particular dorsolumbares, para los trabajadores. BOE núm. 97 de 23 de abril.

- REAL DECRETO 286/2006, de 10 de marzo, sobre la protección de la salud y la seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición al ruido. BOE núm. 60 de 11 de marzo.
- REAL DECRETO 1311/2005, de 4 de noviembre, sobre la protección de la salud y la seguridad de los trabajadores frente a los riesgos derivados o que puedan derivarse de la exposición a vibraciones mecánicas. BOE núm. 265 de 5 de noviembre.
- REAL DECRETO 488/1997, de 14 de abril, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas al trabajo con equipos que incluyen pantallas de visualización. BOE núm. 97 de 23 de abril.
- REAL DECRETO 374/2001, de 6 de abril sobre la protección de la salud y seguridad de los trabajadores contra los riesgos relacionados con los agentes químicos durante el trabajo. BOE núm. 104 de 1 de mayo de 2001.
- REAL DECRETO 363/1995, de 10 de Marzo de 1995 por el que se regula la Notificación de Sustancias Nuevas y Clasificación, Envasado y Etiquetado de Sustancias Peligrosas. BOE 133 núm. de 5 de junio.
- REAL DECRETO 1407/1992, de 20 de noviembre, por el que se regulan las condiciones para la comercialización y libre circulación intracomunitaria de los equipos de protección individual. BOE núm. 311, de 28 de diciembre.
- REAL DECRETO 773/1997, 30 de mayo, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud relativas a la utilización por los trabajadores de equipos de protección individual. BOE núm. 140 de 12 de junio.
- REAL DECRETO 1215/1997, de 18 de julio por el que se establecen las disposiciones mínimas de seguridad y salud para la utilización por los trabajadores de los equipos de trabajo. BOE núm. 188 de 7 de agosto
- REAL DECRETO 1435/1992, de 27 de noviembre, por el que se dictan las disposiciones de aplicación de la directiva del consejo 89/392/CEE, relativa a la aproximación de las legislaciones de los estados miembros sobre máquinas. BOE núm. 297 de 11 de diciembre.
- REAL DECRETO 56/1995, de 20 de enero, por el que se modifica el real decreto 1435/1992, de 27 de noviembre, relativo a las disposiciones de aplicación de la directiva del consejo 89/392/CEE, sobre máquinas. BOE núm. 33 de 8 de febrero
- REAL DECRETO 1627/1997, de 24 de octubre, por el que se establecen disposiciones mínimas de seguridad y salud en las obras de construcción. BOE núm. 256 de 25 de octubre.
- REAL DECRETO 842/2002, de 2 de agosto, por el que se aprueba el Reglamento electrotécnico para baja tensión. BOE núm. 224 del miércoles 18 de septiembre.
- REAL DECRETO 379/2001, de 6 de abril por el que se aprueba el Reglamento de almacenamiento de productos químicos y sus instrucciones técnicas complementarias MIE-APQ-1, MIE-APQ-2, MIE-APQ-3, MIE-APQ-4, MIE-APQ-5, MIE-APQ-6 y MIE-APQ-7. BOE núm. 112 de 10 de mayo de 2001.

- REAL DECRETO 664/1997, de 12 de mayo, protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo. BOE núm. 124 de 24 de mayo.
- ORDEN de 25 de marzo de 1998 por la que se adapta en función del progreso técnico el Real Decreto 664/1997, de 12 de mayo, sobre la protección de los trabajadores contra los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos durante el trabajo. BOE núm. 76 de 30 de marzo.
- REAL DECRETO 865/2003, de 4 de julio, por el que se establecen los criterios higiénico-sanitarios para la prevención y control de la legionelosis. BOE núm. 171 del 18 de julio.
- REAL DECRETO 1942/1993, de 5 de noviembre, por el que se aprueba el Reglamento de Instalaciones de Protección contra Incendios. BOE número 298 de 14 de diciembre de 1993. Actualizado en RD 2177/1996, de 4 de octubre, y modificado por la orden 16/04/98 sobre normas de procedimiento y desarrollo del Real Decreto.
- REAL DECRETO 556/1989, de 19 de mayo, por el que se arbitran medidas mínimas sobre accesibilidad en los edificios. BOE núm. 122 de 23 de mayo.
- REAL DECRETO 314/2006, de 17 de marzo, por el que se aprueba el Código Técnico de la Edificación. BOE nº 74, de 28 de marzo.
- REAL DECRETO 1244/1979, de 4 de Abril de 1979, por el que se aprueba el Reglamento de Aparatos a Presión. BOE núm. 128, de 29 de mayo de 1979.
- REAL DECRETO 769/1999, de 7 de Mayo de 1999, dicta las disposiciones de aplicación de la Directiva del Parlamento Europeo y del Consejo, 97/23/CE, relativa a los equipos de presión y modifica el REAL DECRETO 1244/1979, de 4 de Abril de 1979, que aprobó el Reglamento de aparatos a presión. BOE núm. 129 de 31 de mayo de 1999.
- ORDEN de 31 de mayo de 1982 por la que se aprueba la ITC MIE-AP5, referente a extintores de incendios, que complementa al REAL DECRETO 1244/1979. BOE núm. 149 de 23 de junio.
- ORDEN de 17 de Marzo de 1981 por la que se aprueba la I.T.C. MIE-AP1 que complementa el REAL DECRETO 1244/1979, de 4 de Abril. Reglamento de aparatos a presión. BOE núm. 84 de 8 de abril de 1981.
- LEY 2/1985, de 21 enero. Protección civil. Normas reguladoras. BOE núm. 22 de 25 enero de 1985.
- ORDEN de 29 de Abril de 1999 por la que se modifica la ORDEN de 6 de Mayo de 1988 de Requisitos y Datos de las Comunicaciones de Apertura Previa o Reanudación de Actividades. BOE núm. 124, de 25 de mayo.
- REAL DECRETO 1561/1995, de 21 de septiembre, sobre jornadas especiales de trabajo. BOE de 26 de septiembre.
- REAL DECRETO LEGISLATIVO 5/2000, de 4 de agosto, por el que se aprueba el texto refundido de la Ley sobre Infracciones y Sanciones en el Orden Social. BOE núm. 189, de 8 de agosto. Las menciones relativas ala PRL se transcriben bajo el apartado 1-5 del epígrafe 1, "Leyes Generales".

- REAL DECRETO 1299/2006, de 10 de noviembre, por el que se aprueba el cuadro de enfermedades profesionales en el sistema de la Seguridad Social y se establecen criterios para su notificación y registro. BOE núm. 302 de 19 de diciembre.
- REAL DECRETO 216/1999, de 5 de febrero, sobre disposiciones mínimas de seguridad y salud en el trabajo de los trabajadores en el ámbito de las empresas de trabajo temporal.





Desde MAPFRE Servicio de Prevención queremos expresar nuestro más sincero agradecimiento a todas aquellas personas, empresas e instituciones que han participado activamente en las distintas fases de elaboración de este estudio, aportando sus conocimientos, experiencia, puntos de vista y propuestas.

En particular, queremos agradecer su colaboración a:

- Todos los trabajadores que han participado en la realización de las encuestas y grupos de discusión, aportando su visión sobre las condiciones de trabajo.
- Los responsables, técnicos de prevención y gerentes de los gimnasios e instalaciones, que nos han dedicado su tiempo, han posibilitado la visita a los diferentes centros y han participado en las entrevistas realizadas.
- Los expertos del sector de la actividad física y la salud, que han aportado su particular visión sobre el mismo, así como su experiencia y conocimientos sobre la problemática existente y sus posibles soluciones.

Por otro lado, no nos podemos olvidar de las partes solicitantes del proyecto: la Federación de Servicios de UGT (FeS-UGT), la Federación de Comunicación y Transporte de CC.OO. y la Federación Nacional de Empresarios de Instalaciones Deportivas (FNEID), que han participado activamente en la orientación, planificación y supervisión de las diversas fases del estudio, facilitando documentación y personas de contacto para el desarrollo de las distintas actuaciones y colaborando en la distribución y realización de las encuestas a los trabajadores del sector.

Por último, pero no por ello menos importante, queremos agradecer a la Fundación para la Prevención de Riesgos Laborales la ayuda financiera proporcionada, sin la cual no habría sido posible la ejecución de este estudio.

# 11

## AGRADECIMIENTOS



## • Descripción del puesto

### Funciones:

- Atención de teléfonos, controlando la centralita para dirigir las llamadas.
- Orientar y asesorar a los clientes que llaman o acuden directamente, informándoles de todas las actividades y servicios ofrecidos en la instalación deportiva.
- Realizar el control de acceso a los locales de clientes, proveedores, subcontratistas, etc.

Este puesto de trabajo tiene un componente importante de atención al público y trato personalizado al cliente.

## • Lugar de trabajo

- Recepción del edificio, normalmente en posición sentado, con un mostrador o una mesa con elementos.
- Espacios comunes de las instalaciones.

## • Maquinaria, equipos y elementos de trabajo

- Teléfono (centralita) con auriculares, normalmente.
- Equipos informáticos (Pantalla de ordenador (PVD), impresoras y fax)
- Mostrador o mesa, silla regulable, reposapiés, etc.
- Material de oficina (carpetas, grapadora, tijeras, etc)

## • Equipos de protección individual

No se utiliza ningún equipo de protección individual (EPI) en este puesto de trabajo.

# 12

FICHAS INFORMATIVAS PARA LOS TRABAJADORES POR PUESTO DE TRABAJO.

## Riesgos asociados al puesto de trabajo

### Caidas al mismo nivel

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Presencia de cables de equipos eléctricos en zonas de paso, próximos al puesto. Distracciones y descuidos al atender a los clientes o por realizar varias cosas a la vez. Suelos mojados o deslizantes, en lluvia y limpieza.	Evitar que haya cables u otros objetos en la zona de acceso al puesto de trabajo de recepción. Tomar precauciones con el suelo mojado, en caso de lluvia o mientras se hacen labores de limpieza de suelos.

### Golpes y cortes contra objetos inmóviles

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Distracciones y descuidos. Mala colocación de mobiliario y otros elementos (extintores, etc.). Dimensiones insuficientes de los pasillos de tránsito.	Distribuir adecuadamente los muebles y otros accesorios en recepción. Tener cuidado y mantener la atención al transitar por pasillos. No correr.

### Riesgos posturales

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Trabajo sedentario, sin cambiar de postura en la silla o de pie. Silla no adaptada al trabajador, sin posibilidad de regular (problemas ergonómicos). Malos hábitos posturales. Falta de auriculares para el teléfono.	Tener presente en todo momento que se debe de estar correctamente sentado para evitar tensiones lumbares o dorsales. Adquirir mobiliario ergonómico (silla adaptable, como mínimo). Utilizar reposapiés si es necesario. Cambiar de postura periódicamente. Utilización de teléfonos con auriculares.

### Carga mental

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Atención directa al cliente y adaptación a las diferentes demandas de los mismos. Posibles conflictos con usuarios y clientes problemáticos. Elevado ritmo de trabajo en ciertos momentos y monotonía en otros.	Proporcionar formación orientada al trato y atención al cliente. Prever procedimientos y mecanismos para la resolución de posibles conflictos con clientes y usuarios. Suplementar personal en momentos de excesiva afluencia de clientes.

### Incendios

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Cortocircuitos por fallos en los equipos o instalaciones eléctricas. Desobedecer la prohibición de fumar en el centro de trabajo. Otras causas de tipo general.	No fumar en el trabajo, y asegurarse de que no entra personal externo fumando. Comunicar cualquier anomalía en los equipos e instalaciones eléctricas. Conocer el procedimiento de actuación en caso de incendio y la situación y utilización de los diferentes elementos de protección contra incendios y evacuación. No dejar equipos conectados. No utilizar hornillos o estufas sin protección contra contactos con combustibles.

## • Descripción del puesto

Funciones:

- Aplicar técnicas de masaje deportivo específico para los clientes.
- En el caso de fisioterapeutas, realizarán la aplicación de técnicas generales de fisioterapia deportiva (calor y frío, láser, onda corta, magnetoterapia, ultrasonidos, corrientes interferenciales...).
- Aplicación de técnicas específicas adaptadas al cliente (tratamiento de lesiones, relajación, ergoterapia, etc).

La gama de técnicas a aplicar puede ser muy amplia.

Además del conocimiento de las diferentes técnicas y disciplinas en las que desarrollen su actividad, el trabajo de fisioterapeuta y masajista tiene un componente importante de atención al público y trato personalizado al cliente.

## • Lugar de trabajo

- Instalaciones generales del gimnasio o club deportivo.
- Salas para aplicación de masajes y otras técnicas de fisioterapia

## • Maquinaria, equipos y elementos de trabajo

- Vestimenta de uso sanitario (bata o pijama) y calzado adecuados a la actividad.
- Equipos eléctricos o mecánicos de fisioterapia deportiva (electroterapia, ultrasonidos, mecanoterapia, equipos láser...)
- Camilla de masaje de altura y posición regulables.

## • Equipos de protección individual

Los distintos complementos de protección que puede utilizar el masajista tales como muñequeras, fajas o guantes no son considerados Equipos de Protección Individual según la normativa de prevención de riesgos laborales.

En algún caso, pueden utilizar gafas de protección en técnicas de rayos UV.

## Riesgos asociados al puesto de trabajo

### Caidas al mismo nivel

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Mala colocación de aparatos, objetos y utensilios, fuera de su ubicación. Cables de equipos eléctricos en zonas de paso. Distracciones y descuidos al atender a los clientes o por realizar varias cosas a la vez. Presencia de líquidos derramados y condensación de humedad en superficies resbaladizas. Falta de coordinación con otros usuarios o clientes.	Cuidar que la distribución de equipos de fisioterapia sea adecuada dejando zonas de paso. Vigilar que las superficies de tránsito estén libres de objetos y que los utensilios se recogen adecuadamente después de su uso. Dotar las instalaciones de suelos antideslizantes. Limpiar los posibles derrames de líquidos que puedan producirse. Mantener unas condiciones de humedad y temperatura adecuadas para impedir la condensación.

### Golpes contra objetos inmóviles

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Distracciones y descuidos. Mala organización y distribución del mobiliario y equipos. Dimensiones insuficientes de los pasillos de tránsito en los distintos locales.	Distribuir adecuadamente los equipos de fisioterapia y mobiliario, dejando espacio suficiente para el paso. Tener cuidado y mantener la atención al transitar en otras áreas (gimnasios, etc.).

### Posturas forzadas

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Aplicación de alguna técnica sin el conocimiento suficiente. Malos hábitos y posturas defectuosas al aplicar los masajes. Camilla no regulable.	Asegurar un buen conocimiento por parte del masajista de la manera correcta de realizar cada actividad. Mantener la atención en la realización del masaje que se está ejecutando en el momento, evitando posturas forzadas. Procurar cambiar de postura periódicamente. Realizar ejercicios de estiramiento y relajación después de las sesiones más intensas. Utilizar camillas y aparatos regulables en altura y posición.

### Carga mental

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Coordinación y planificación de diversas actividades con tiempo limitado, con desplazamiento de unos centros a otros. Atención personalizada al cliente y adaptación a las diferentes demandas de los mismos (a veces son utilizados como psicólogos). Posibles conflictos con usuarios y clientes problemáticos. Pluriempleo y realización de actividades en distintos centros. Precariedad e inestabilidad laboral, falta de perspectivas laborales a largo plazo. Factores de organización del trabajo, horarios, etc.	Planificar adecuadamente los horarios de las distintas sesiones y prever tiempos para la preparación de las mismas. Programar y comunicar a los trabajadores los horarios con antelación suficiente y posibilidad de cambio de los mismos. Dimensionar adecuadamente la carga de trabajo de cada fisioterapeuta o masajista. Proporcionar formación orientada al trato y atención al cliente. Prever procedimientos y mecanismos para la resolución de posibles conflictos con clientes y usuarios. Procurar estabilidad en las condiciones de trabajo. Realización de cursos para el reciclaje y la evolución profesional.

### Riesgo por contacto o inhalación de productos químicos

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Posibles dermatitis o reacciones alérgicas a los aceites o cremas hidratantes utilizadas en masajes.	Informarse de la composición y propiedades de los productos utilizados. Sustituir por otros aquellos que no ofrezcan garantías o hayan producido algún problema.

### Riesgo biológico

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Contagio por virus o bacterias procedentes de otros usuarios o clientes enfermos.	Vacunas (gripe, catarros,...) Informarse de posibles patologías contagiosas, según las épocas del año.

### Incendios

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Cortocircuitos por fallos en los equipos. Uso incorrecto de material inflamable (alcohol,...) Desobedecer la prohibición de fumar en los centros de trabajo Otras causas de tipo general.	No fumar en las instalaciones. Comunicar cualquier anomalía en los equipos e instalaciones eléctricas. Seguir las instrucciones de uso de cualquier producto químico inflamable y no dejarlos cerca de fuentes de calor. Conocer la situación y la forma de uso de extintores y otros medios de extinción.

## • Descripción del puesto

Funciones:

- Mantener las instalaciones en condiciones adecuadas de limpieza e higiene.
- Realizar pequeñas reparaciones en instalaciones.
- Ajustar condiciones de funcionamiento, revisión periódica y mantenimiento de instalaciones, maquinaria general y de ejercicio.

## • Lugar de trabajo

Todas las instalaciones del centro.

## • Maquinaria, equipos y elementos de trabajo

Aparatos y utensilios de limpieza, herramientas manuales y mecánicas, escaleras de mano, maquinaria y aparatos de ejercicio, maquinaria e instalaciones de calefacción, depuración y ventilación, etc.

## • Equipos de protección

En general deben emplearse los siguientes equipos de protección debiendo estudiarse el empleo de otros para determinadas actividades y trabajos específicos.

- Ropa de trabajo con marcado CE (340)
- Guantes con marcado CE para riesgos mecánicos (EN 388) y químicos (EN 374).
- Calzado con marcado CE (EN 344, EN 345 y EN 347).
- Gafas protectoras con marcado CE (EN 166).
- Protectores auditivos (EN 458).
- Máscaras y mascarillas de protección de vías respiratorias (EN 136, EN 140) y filtros para gases o filtros mixtos y combinados (EN 141).
- Prendas de protección contra líquidos químicos, por penetración y permeación (EN 368 y EN 369).

## Riesgos asociados al puesto

### Caidas al mismo nivel

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Falta de orden y limpieza. Distracciones y descuidos. Presencia de líquidos derramados y superficies resbaladizas. Falta de señalización de tuberías e instalaciones en las salas de máquinas.	Orden y limpieza de las instalaciones. Limpiar rápidamente derrames y encharcamientos. Suelos antideslizantes. Precaución al transitar por superficies resbaladizas y salas de máquinas

### Caidas de objetos en manipulación

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Falta de experiencia en la utilización de equipos de trabajo y herramientas. Mal estado de los utensilios, equipos y herramientas o de los elementos auxiliares utilizados para su transporte. Distracciones y descuidos. Elevado ritmo de trabajo.	Utilizar medios auxiliares para el transporte de utensilios y herramientas. Revisiones periódicas y correcto mantenimiento de equipos auxiliares y herramientas. Precaución en el transporte y manipulación de objetos.

### Golpes contra objetos inmóviles

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Distracciones y descuidos. Mala distribución de elementos en almacenes y salas de máquinas. Dimensiones insuficientes de los pasillos de tránsito. Falta de señalización de elementos de las instalaciones y máquinas que invaden o entorpecen las zonas de acceso y tránsito. Elevado ritmo de trabajo	Dejar espacios suficientes para el acceso donde sea necesario. Precaución al moverse por salas de maquinaria y almacén. Señalizar elementos de maquinaria o instalaciones que invaden y entorpecen zonas de paso. Adecuar los tiempos de trabajo a las necesidades de la tarea.

## Golpes y cortes con herramientas

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Falta de orden y limpieza. Herramientas en mal estado. Utilización incorrecta de las herramientas o utilización de las mismas para fines distintos a los que fueron diseñadas.	Orden y limpieza. Revisar el buen estado de las herramientas. Utilizar las herramientas conforme al uso para el que fueron diseñadas. Utilizar EPIs adecuados (guantes, botas, etc...).

## Atrapamiento por o entre objetos

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Desconocimiento de los aparatos, equipos de trabajo y maquinaria. Distracciones y descuidos. Mal estado de aparatos, maquinaria o componentes de los mismos. Falta de elementos de protección y resguardos en partes móviles de maquinaria.	Informar sobre la correcta utilización de los distintos aparatos y no manipularlos sin conocimientos previos adecuados. Precaución en la manipulación de maquinaria. Revisiones periódicas y correcto mantenimiento de aparatos y maquinaria. Dotar a la maquinaria de elementos de protección y resguardos.

## Ruido

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Elevado nivel de ruido producido por las herramientas mecánicas y maquinaria. Ruido producido por el uso de herramientas mecánicas (sierras de corte, taladros, etc...)	Mantenimiento periódico de la maquinaria para reducir los niveles de ruido. Minimizar el tiempo de trabajo en las zonas con elevado nivel de ruido. Utilizar protección auditiva.

## Manipulación de productos químicos

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Contacto con productos químicos de limpieza y desinfección. Inhalación de vapores y gases procedentes de la utilización de sustancias químicas de limpieza y desinfección. Desconocimiento de las características y riesgos de los productos utilizados.	Seguir las instrucciones del fabricante. Facilitar fichas de datos de seguridad. Utilización de EPIs adecuados a los riesgos del producto utilizado. Almacenar los productos en lugares y contenedores apropiados conservando su etiquetado.

## Fatiga física

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Realización de trabajos pesados (movimiento de botellas, bidones, sacos, etc.) Elevado ritmo de trabajo en determinados horarios.	Utilizar medios de elevación y transporte mecánicos. Realizar pausas periódicas durante los trabajos más pesados.

## Sobreesfuerzos y posturas forzadas

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Manipulación incorrecta de cargas por emplear técnicas erróneas Elevación de pesos elevados de difícil manejo. Mantener posturas forzadas al limpiar, revisar máquinas, hacer reparaciones, acceder a zonas complicadas, etc.	Reducir la carga o utilizar medios de elevación y transporte mecánicos. Aplicar técnicas correctas para elevar cargas a mano. Utilizar asideros y elementos de agarre adecuados. Cambiar de postura frecuentemente. Utilizar rodilleras y otros elementos auxiliares (banquitos, etc.)

## Contacto térmico

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Quemaduras por contacto con partes calientes en alguna instalación (gas, calefacción, estufas...)	Emplear EPIs de protección contra riesgo térmico. Proteger aparatos y conducciones a alta temperatura con elementos aislantes.

## Contacto eléctrico

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Contactos directos con partes con tensión (cuadros, cables pelados, etc.) Contactos indirectos por defectos a masa en algún equipo o instalación y fallo de las protecciones.	Verificación correcta de la instalación y protecciones (diferenciales) por personal cualificado. Utilización de transformadores de seguridad u otros métodos seguros para trabajos en presencia de agua. No permitir la manipulación de instalaciones eléctricas por personal no cualificado.

## Incendio

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Cortocircuitos por fallos en la instalación. Uso incorrecto de material inflamable (productos de limpieza, combustibles...) Desobedecer la prohibición de fumar en el centro de trabajo. Realizar soldaduras en presencia de materiales combustibles.	Revisiones periódicas de la instalación para detectar posibles fallos. Asegurarse de que no se fuma en el trabajo en interiores. No realizar soldaduras en presencia de materiales combustibles o inflamables. Revisión y mantenimiento periódico de extintores y otros medios de protección.

## Explosión

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Sobrepresión o mal estado de aparatos a presión (calderas, tuberías, etc.) Acumulaciones de gas Desobedecer la prohibición de fumar en el centro de trabajo.	Revisión periódica de equipos e instalaciones. Detectores de gas (explosímetros). No fumar en el trabajo en interiores. Ventilar los locales suficientemente.

# Monitor de actividades

## • Descripción del puesto

Funciones:

- Enseñanza de las diferentes disciplinas y actividades físicas y de salud.
- Orientar, dirigir, asesorar, instruir y supervisar la práctica y realización de los diferentes tipos de ejercicios por parte de los clientes.
- Organizar, preparar, e impartir clases de actividades físicas colectivas (aerobic, ciclo indoor, pilates, etc...), así como otras actividades y terapias relacionadas con el ocio, el bienestar físico y mental o el baile.
- Atención al público y trato personalizado al cliente.

## • Lugar de trabajo

- Instalaciones generales del gimnasio o club deportivo.
- Salas de ejercicio con aparatos (cardiovascular, musculación, ciclo indoor...)
- Aulas de clases colectivas (aerobic, step, bailes...).

## • Maquinaria, equipos y elementos de trabajo

- Vestimenta y calzado deportivos adecuados a la actividad a realizar.
- Maquinaria de ejercicio y musculación (bancos de ejercicio, aparatos de musculación, cintas de correr, etc...).
- Pesas, mancuernas, balones medicinales, "steps" y otros aparatos de ejercicio y musculación.
- Rodilleras, tobilleras, guantes y otros elementos de protección.
- Micrófonos inalámbricos con sujeción a la cabeza.

## • Equipos de protección

Los distintos complementos de protección de carácter deportivo que puede utilizar el monitor de gimnasio o actividad física tales como rodilleras, tobilleras o muñequeras no son considerados Equipos de Protección Individual según la normativa de prevención de riesgos laborales.

## Riesgos asociados al puesto

### Caidas al mismo nivel

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mala colocación de aparatos y utensilios de ejercicio o dejados por el suelo.</li> <li>• Distracciones y descuidos al atender al público o realizar varias cosas a la vez.</li> <li>• Presencia de líquidos derramados y condensación de humedad en superficies resbaladizas.</li> <li>• Falta de coordinación con otros usuarios o clientes.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Distribución y separación adecuadas entre los diferentes aparatos de ejercicio.</li> <li>• Vigilar que las superficies de tránsito estén libres de objetos y que los utensilios de ejercicio se recogen después de su uso.</li> <li>• Dotar las instalaciones de suelos antideslizantes.</li> <li>• Limpiar rápidamente los derrames de líquidos que puedan producirse.</li> <li>• Mantener unas condiciones de humedad y temperatura que impidan la condensación.</li> </ul>

### Caidas de objetos en manipulación

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Falta de conocimiento o experiencia en la utilización de aparatos de ejercicio y musculación (pesas, etc).</li> <li>• Distracciones y descuidos.</li> <li>• Mal estado de los utensilios y aparatos de ejercicio utilizados.</li> <li>• Elevado ritmo de trabajo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Informar a los usuarios de la correcta utilización y manejo de los aparatos y utensilios de gimnasia.</li> <li>• Utilizar medios adecuados para el transporte y manipulación de pesas, discos y otros elementos de ejercicio.</li> <li>• Revisiones periódicas y correcto mantenimiento de aparatos y utensilios de ejercicio.</li> <li>• Prestar la debida atención y cuidado en el transporte y manipulación de pesas, discos y otros elementos de ejercicio.</li> </ul>

# Puesto de Agua

## Golpes contra objetos inmóviles

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Distracciones y descuidos. Mala organización y distribución de los aparatos en las salas de ejercicio. Dimensiones insuficientes de los pasillos de tránsito. Elevado ritmo de trabajo	Distribuir adecuadamente los aparatos y maquinaria de ejercicio, dejando espacio suficiente para el tránsito en los pasillos destinados a ello (al menos 1 metro). Tener cuidado y mantener la atención al transitar entre la maquinaria de ejercicio.

## Atrapamiento por o entre objetos

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Desconocimiento del modo correcto de utilización y funcionamiento de los distintos aparatos y maquinaria de ejercicio. Distracciones y descuidos. Mal estado o mala colocación de aparatos y maquinaria o de los componentes de los mismos.	Informar a usuarios y trabajadores de la forma correcta de utilización de los distintos tipos de aparatos y sus diferentes elementos. Mantener la debida atención en la preparación y utilización de los diferentes aparatos y maquinaria de ejercicio, así como al asistir a los clientes en la realización del ejercicio con máquinas. Revisiones periódicas y correcto mantenimiento de aparatos de ejercicios.

## Ruido

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Elevado volumen de la música utilizada para el acompañamiento de ejercicio. Realización de clases con apoyo musical durante gran parte de la jornada y de forma continuada.	Cuidar que el volumen de la música no sea demasiado elevado. Intercalar periodos de descanso en zonas con bajo nivel de ruido ambiente. Apagar la música entre clase y clase.

## Afecciones laríngeas y faríngeas

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Necesidad de forzar y alzar la voz sobre la música o el ruido de fondo para guiar las clases colectivas de ejercicio. Temperatura inadecuada para la realización de ejercicio o cambios de temperatura brusca tras la realización del mismo. Contagio por virus o bacterias procedentes de otros usuarios o clientes enfermos.	Proporcionar micrófonos inalámbricos con sujeción a la cabeza. Utilizar micrófonos individualizados para cada monitor o con boquillas intercambiables. Regular la temperatura y la ventilación de las salas conforme al ejercicio o actividad realizada y evitar corrientes de aire. Evitar cambios bruscos de temperatura e ingerir bebidas frías tras el ejercicio.

## Fatiga física

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Fatiga física por la realización de ejercicio físico continuado de alta intensidad durante periodos prolongados de tiempo. Elevado ritmo de trabajo	Planificar las clases previendo periodos de descanso e intercalando actividades de mayor y menor intensidad física. Limitar el número de clases con altas exigencias físicas.

## Lesiones derivadas de la actividad deportiva

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Sobreesfuerzos por levantamiento o sujeción de elementos pesados en frío (Especialmente al ayudar a clientes que no pueden con los mismos). Falta de calentamiento o relajación previo y posterior a la actividad física o mala ejecución del mismo. Fatiga física. Acumulación de microtraumatismos y sobreesfuerzos de baja intensidad pero de manera continuada. Descuidos, falta de atención o concentración en la realización del ejercicio debido a una sobrecarga de trabajo, al cansancio acumulado, a problemas en la interrelación con compañeros, superiores y clientes, o a motivos personales. Calzado inadecuado o en malas condiciones. Características del suelo poco adecuadas para la realización del ejercicio o mal estado de las mismas (Superficies resbaladizas, sin capacidad de absorción de impacto...)	Adecuar las actividades físicas a las capacidades del trabajador. Planificar los ejercicios de calentamiento y estiramiento como parte de la actividad a desarrollar, reservando el tiempo necesario para los mismos. Asegurar un buen conocimiento por parte del monitor de la manera correcta de realizar cada actividad y de los ejercicios de calentamiento y estiramiento necesarios para la misma. Dimensionar adecuadamente la carga física de trabajo y la intensidad del ejercicio tanto a lo largo de la jornada de trabajo como en jornadas consecutivas. Concentrarse y mantener la atención en la realización del ejercicio que se está ejecutando en el momento. Controlar que los materiales y superficies de ejercicio sean apropiados a la actividad a desarrollar (suelos antideslizantes, buena capacidad de absorción de impactos...). Comprobar que las superficies de ejercicio se encuentran limpias y en buen estado.

## Carga mental

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Preparación, coordinación y planificación de diversas actividades con recursos y tiempo limitados. Atención personalizada al cliente y adaptación a las diferentes demandas de los mismos. Posibles conflictos con usuarios y clientes problemáticos. Pluriempleo y realización de actividades en distintos centros. Precariedad e inestabilidad laboral, falta de perspectivas laborales a largo plazo. Factores de organización del trabajo, horarios, turnicidad, etc.	Planificar los horarios de las distintas actividades y prever tiempos para la preparación de las mismas. Dimensionar adecuadamente la carga de trabajo y las actividades a desarrollar por cada monitor. Proporcionar formación orientada al trato y atención al cliente. Prever procedimientos para la resolución de posibles conflictos con clientes y usuarios. Procurar estabilidad en las condiciones de trabajo. Realizar cursos de reciclaje y evolución profesional. Programar y comunicar turnos y horarios con antelación suficiente y posibilitar el cambio de los mismos.

## • Descripción del puesto

Comprende a todos aquellos trabajadores que llevan a cabo su actividad en instalaciones acuáticas tales como piscinas, spas, balnearios, etc; y en particular a los monitores de natación o actividades acuáticas, socorristas y personal al cargo de spas.

### Funciones:

- Enseñanza de natación e impartición de clases de diversas actividades acuáticas.
- Vigilancia y cuidado de los usuarios de piscinas, e instalaciones del spa.
- Actuaciones de primeros auxilios.

Pese a que las funciones llevadas a cabo por estos profesionales son variadas según el puesto concreto al que estén destinados aquí vamos a centrarnos en las similitudes que tienen por el hecho de ser llevadas a cabo en instalaciones acuáticas. Para los profesores de natación y monitores de actividades acuáticas se aplicarán las especificaciones correspondientes a los monitores de actividades en lo que respecta a la realización del ejercicio físico y dirección de actividades colectivas.

## • Lugar de trabajo

- Instalaciones generales del gimnasio, club deportivo o spa.
- Instalaciones acuáticas del gimnasio, club deportivo o spa: piscinas, jacuzzi, duchas hidromasaje, saunas...

## • Maquinaria, equipos y elementos de trabajo

- Vestimenta adecuada a la actividad y a las condiciones de temperatura y humedad: bañador, calzado impermeable y antideslizantes, ropa ligera y transpirable.
- En el caso de socorristas: flotadores salvavidas, percha de rescate, material de primeros auxilios, distintivo que lo acredite como socorrista.

## • Equipos de protección individual

- Calzado impermeable y antideslizante. Preferiblemente cerrado por delante para evitar golpes y cortes en los dedos de los pies.

En piscinas e instalaciones acuáticas al aire libre:

- Gorra con visera para protección contra el sol.
- Gafas de sol con protección UVA y UVB
- Crema de protección solar
- Sombrilla o similar.



# Puesto de Agua

## Riesgos asociados al puesto de trabajo

### Caidas al mismo nivel

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Mala colocación y desorden de utensilios y accesorios para las actividades acuáticas. Distracciones y descuidos al atender al público o realizar varias tareas a la vez. Presencia de encharcamientos. Suelos de características no antideslizantes. Utilización de calzado inadecuado. Existencia de desniveles o escaleras.	Mantener un correcto orden y limpieza de las instalaciones acuáticas colocando y recogiendo después de su uso los posibles utensilios y accesorios empleados en estas instalaciones en lugares apropiados para ello y apartados de las zonas de tránsito. Tener la debida precaución al transitar por las áreas de las instalaciones acuáticas. Dotar las instalaciones de suelos antideslizantes. Evitar en lo posible el encharcamiento de las zonas de tránsito. Utilización de calzado antideslizante. Instalar barandillas en desniveles y escaleras.

### Golpes y cortes contra objetos inmóviles

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Mala colocación y desorden de utensilios y accesorios para las actividades acuáticas. Distracciones y descuidos al atender al público o realizar varias tareas a la vez.	Mantener un correcto orden y limpieza de las instalaciones acuáticas colocando y recogiendo después de su uso los posibles utensilios y accesorios empleados en estas instalaciones en lugares apropiados para ello y apartados de las zonas de tránsito. Tener la debida precaución al transitar por las áreas de las instalaciones acuáticas. Utilización de calzado cerrado por delante para evitar golpes y cortes en los dedos de los pies.

### Ruido

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Elevado número de usuarios en las instalaciones. Presencia de grupos escolares. Ruido producido por el agua (chapoteo)	Regular el número máximo de usuarios en las instalaciones. Controlar el volumen de voz de los usuarios. Intercalar periodos de descanso en zonas con bajo nivel de ruido ambiente. Utilizar, en lo posible, materiales que reduzcan el ruido y la reverberación

### Afecciones laríngeas y faríngeas

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Necesidad de forzar y alzar la voz sobre el nivel de ruido de fondo. Cambios bruscos de temperatura al pasar de unas instalaciones a otras.	Procurar no elevar el nivel de voz. Intentar minimizar el paso entre zonas de las instalaciones con alta diferencia de temperatura.

### Riesgo biológico

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Presencia de microorganismos patógenos (protozoos, hongos, bacterias y virus). Condiciones de temperatura y humedad elevadas. Falta de higiene y limpieza.	Mantener una correcta higiene y limpieza de las instalaciones. Utilizar materiales de fácil limpieza y desinfección. Utilizar productos desinfectantes adecuados a la naturaleza de las instalaciones. Seguir hábitos de higiene adecuados.

### Riesgo químico

CAUSA	MEDIDAS PARA PREVENIRLO
Contacto prolongado con la piel y las mucosas. Inhalación por respiración. Elevada concentración de sustancias químicas desinfectantes en agua o en aire. pH no adecuado a las características de la piel, cambios habituales de pH. Sensibilidad especial a algún componente químico por parte de los trabajadores.	Controlar la concentración de los productos químicos de desinfección, tanto en agua como en aire. Realización de medidas periódicas de la concentración y dosificación adecuada de las mismas. Mantener una ventilación adecuada que asegure la renovación del aire y mantenga los niveles de cloro y otros compuestos químicos gaseosos en los niveles más bajos posibles. Mantener unos hábitos correctos de higiene. Los usuarios deben ducharse después de usar las instalaciones, pero teniendo en cuenta que hacerlo en exceso también es perjudicial para la piel. Utilizar gafas de natación. Hidratar convenientemente la piel al final de la exposición al agua.