

1. INTRODUCCIÓN

En los últimos años, se ha producido una gran evolución en las instalaciones deportivas, no sólo en cuanto al número se refiere, sino en la concepción de las mismas. Debido al cambio de hábitos deportivos de los españoles, ha aumentado la diversidad de usuarios así como el número de actividades que se practican en las instalaciones, las cuales se han visto obligadas a evolucionar rápidamente para dar respuesta a la demanda de los usuarios. Esto ha producido que en muchas ocasiones la atención en cuanto a seguridad se refiere, se haya centrado en los usuarios y visitantes de las instalaciones dejando en un segundo plano la seguridad de los profesionales de la instalación.

Los daños humanos, los accidentes y las enfermedades derivadas del trabajo imponen unos elevados costes a los trabajadores, a las empresas y a la sociedad en su conjunto. Estudios realizados en algunos países de Europa indican que el coste anual de los accidentes de trabajo y enfermedades derivadas del trabajo, se sitúan aproximadamente entre el 5 y el 10 % de los beneficios brutos de todas las empresas de un país. Por lo tanto, además de razones éticas y legales, existen importantes razones económicas para reducir los daños derivados del trabajo.

Una buena actuación en prevención de riesgos laborales implica evitar o minimizar las causas de los accidentes y de las enfermedades derivadas del trabajo. Las organizaciones deben dar la misma importancia en lograr un alto nivel en la gestión de la prevención de riesgos laborales que la otorgada a otros aspectos fundamentales de la actividad empresarial. Un buen 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. Todo esto no solo beneficia en términos humanos sino también en términos económicos a todas las empresas

Es preciso adoptar un criterio estructurado para la identificación, evaluación y control de los riesgos laborales. Será necesario detectar, evaluar y actuar sobre todos los riesgos existentes, tanto aquellos que puedan provocar un accidente de trabajo y/o una enfermedad profesional, como las situaciones causantes de fatiga mental, insatisfacción laboral y, en general, cualquier posible daño para la salud de los trabajadores.

La prevención es el conjunto de actividades o medidas adoptadas o previstas en todas las fases de actividad de la empresa con el fin de evitar o disminuir los riesgos derivados del trabajo. Los trabajadores tienen derecho a una protección eficaz en materia de seguridad y salud en el trabajo. Estas actividades son muy importantes, ya que nos ayudaran a mejorar el desarrollo de la actividad en una empresa, en este caso a mejorar el funcionamiento en las instalaciones deportivas.

Un buen sistema de prevención agilizará y evitará gastos y pérdidas innecesarias.

2. OBJETIVOS

- Identificar los riesgos, las actuaciones y las soluciones a todos los tipos de riesgos, así como la prevención a todos ellos.
- Adquirir conocimientos sobre los mecanismos y procedimientos para vigilar y actuar frente a las situaciones que se puedan generar en las instalaciones deportivas.
- Cuidar todos los procedimientos que se lleven a cabo en las II.DD.

3. EJERCICIO Y RIESGO

Una actividad deportiva generalizada a la mayor parte de la población ha de asociarse, junto a sus resultados positivos, a posibles riesgos con mayor o menor probabilidad de consecuencias negativas, de acuerdo con las características de quienes la realizan y que suelen utilizar instalaciones reservadas a dicha actividad.

Aunque el usuario deportivo sea el responsable último del establecimiento de los objetivos que quiera alcanzar y de las consecuencias sobre su salud, el Gestor y otros profesionales de las instalaciones deportivas que utiliza tienen cierta responsabilidad moral e incluso a veces judicial, con una creciente atención de las autoridades respecto a la prevención y gestión de los riesgos en dichas instalaciones. Por tanto el Gestor debe actuar para que la práctica deportiva se realice de forma controlada y con orientación profesional para evitar la materialización de problemas de distinto tipo y gravedad.

Esta prevención de problemas, que ya se controla sistemáticamente en los deportistas profesionalizados, debe extenderse a los demás practicantes de ejercicios físicos, ya que éstos les sitúan de una u otra manera en las fronteras del mayor esfuerzo que pueden realizar (y que por tanto conviene medir y limitar). Antes de realizar ejercicios físicos, todo usuario debe atestiguar que no tiene causas conocidas que puedan desaconsejarlo. Incluso ciertos usuarios deben realizar un chequeo médico, como recomienda Player en estos casos:

- Si ha tenido alguna enfermedad cardíaca o se tiene tensión arterial alta.
- Si tiene problemas del pecho, como asma o bronquitis.
- Si tiene dolores comunes, o dolor de espalda severo, o artritis.
- Si se está recuperando de una enfermedad o una operación.
- Si le preocupa que el ejercicio pueda afectar otros aspectos de su salud.

En estos casos, las precauciones no deben impedir la actividad física. Buscan Incluso poder garantizar aún más sus efectos positivos, que ahora no sólo tienen un efecto social, lúdico o de autorrealización, sino un carácter paliativo, reparador y remediador. El resultado debe ser la realización de actividades que mantenga ese efecto positivo, neutralizando los **riesgos** o *efectos negativos*².

Por ejemplo, un reciente trabajo sobre “el Deporte y sus Riesgos” (Lizarraga 2006) “*exige un enfoque, ‘enciclopédico’ de la actividad lúdica, siempre rodeada de un importante impacto social y que, además, ha pasado a tener importantes implicaciones económicas y profesionales*”, Liga deporte y salud con **factores de riesgo** que exigen la tipificación de los elementos o **activos implicados**, tanto la de los usuarios de las instalaciones- como la de estas instalaciones o la de las actividades deportivas que en ellas se realizan.

La mejor forma de conseguir todo el beneficio del ejercicio o deporte consiste en elegir la clase y nivel adecuados a las características del usuario; quien debe empezarlo en todo caso con un ritmo lento y subiéndolo gradualmente.

4. PLAN DE RIESGOS LABORALES

Tal y como indica la ley 31/1995, de 8 de noviembre, de Prevención de Riesgos Laborales, en su artículo 16 Plan de prevención de riesgos laborales, evaluación de los riesgos y planificación de la actividad preventiva, la prevención de riesgos laborales deberá integrarse 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 a que se refiere el párrafo siguiente.



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.

Gracias al mantenimiento preventivo y correctivo de los espacios de trabajo y auxiliares, es posible llevar a cabo un correcto uso de las instalaciones que estamos utilizando.

Todo ello se realiza siendo conscientes de la implantación de un programa para el uso correcto de los espacios que como resultado conseguirá:

- Reducir el consumo de energía, de materias primas y agua, y por tanto aumentar el beneficio económico.
- Disminuir la generación de residuos y facilitar su reutilización, reciclaje o tratamiento final.

- Mejorar la imagen de la organización ante los clientes externos e internos.
- Optimizar la calidad del servicio ofrecido a los clientes externos.
- Conseguir el mejor control y conocimiento de la organización.
- Para realizar el mantenimiento de la instalación se deberá planificar, analizar, controlar y evaluar las características específicas de la instalación deportiva donde están ubicados (edificio, climatología, modelo de gestión etc.).

Las condiciones de seguridad, son las condiciones materiales que influyen sobre la accidentalidad: elementos móviles, cortantes, electrificados, combustibles,... como son:

1. Caídas.
2. Golpes o cortes por objetos o elementos de trabajo.
3. Atrapamientos por o entre objetos.
4. Aplastamiento o caída de objetos por manipulación.
5. Riesgos eléctricos.
6. Riesgo de incendio.

5. PROCESO DE GESTIÓN DE LOS RIESGOS

Los responsables de una instalación deportiva deben establecer y mantener un proceso para identificar los peligros para las personas derivados del desarrollo de las actividades que se realizan en las instalaciones, estimando, evaluando y controlando los riesgos asociados así como la eficacia del control.

En primer lugar, es necesario destacar que la integración de la actividad preventiva en la empresa debe llevarse a todos los niveles jerárquicos y a todas las actividades 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 adquiere gran importancia la evaluación de riesgos, a partir de la cual se deberá desarrollar la planificación de la actividad preventiva.

El sistema de prevención deberá contener los siguientes documentos:

- Un manual de prevención de riesgos en el que se incluyan:
 - Las políticas en materia de prevención de riesgos laborales.
 - Los objetivos planteados para esta función.
 - La organización establecida, los recursos humanos, técnicos y económicos asignados.

- Los procedimientos generales sobre prevención de riesgos laborales.
- La existencia de instrucciones de trabajo para aquellas tareas con riesgos especiales.
- La existencia de registros documentados que permitan el control de acciones que ponen en práctica y perfeccionar el sistema.

Su contenido debe divulgarse y conocerse por todos los implicados, por lo que se tomarán adicionalmente las medidas que acrediten dicha difusión y conocimiento, en particular por los usuarios y antes de que realicen la actividad prevista.

Estas medidas preventivas y los procedimientos derivados deben adaptarse en cada caso a la instalación específica y en su seno, a las distintas personas involucradas y al entorno de cada una.

Este proceso cuenta de los siguientes pasos:

5.1. EVALUACIÓN DE LOS RIESGOS.

La directiva marco 89/391 CEE y la LPRL 31/1995 establece como obligación del empresario la planificación de la acción preventiva en la empresa, a partir de una evaluación inicial de riesgos.

La evaluación de riesgos es un proceso mediante el cual se obtiene la información necesaria para estimar la magnitud de aquellos riesgos que no han podido evitarse y estar así en condiciones de tomar decisiones sobre la necesidad o no, de adoptar acciones Preventivas, y en caso afirmativo el tipo de acciones a adoptar.

La evaluación de riesgos comporta dos partes diferenciadas:

- El análisis de riesgos.
- Estimación del riesgo.

5.1.1. Análisis de riesgos

El proceso de análisis del riesgo consta de las siguientes fases:

- Identificar el Peligro**, entendiendo como tal toda fuente o situación con capacidad de daño en términos de lesiones, daños a la propiedad, daños al medio ambiente, o bien una combinación de ambos. Se realiza:
 - Identificar todos los puestos de trabajo: En el proceso de evaluación de riesgos, debemos identificar todos los puestos de trabajo existentes en nuestra instalación así como cuáles son sus tareas y en que espacios se llevan a cabo. Los puestos de trabajo más habituales que podemos encontrar en una instalación deportiva son:
 - Monitor de actividades.
 - Puestos de agua.

- Fisioterapeuta y masajista.
- Atención al cliente y recepción.
- Limpieza y mantenimiento
- Identificar todos los espacios de la instalación: Para poder detectar todos los riesgos es necesario considerar todos los espacios de nuestra instalación. Los espacios más habituales que podemos encontrar en una instalación deportiva son:
 - Instalaciones generales y zonas de tránsito.
 - Salas de ejercicio con maquinaria.
 - Salas de clases colectivas.
 - Piscinas, zonas de spa y balnearios.
 - Aseos y vestuarios.
 - Almacenes.
 - Salas de calderas

b. Estimar el Riesgo, entendiendo como Riesgo la combinación de la frecuencia o probabilidad y de las consecuencias que pueden derivarse de la materialización de un peligro.

5.1.2. Valoración del riesgo

Tras efectuar al Análisis de Riesgos y con el orden de magnitud que se ha obtenido para el Riesgo, hay que valorarlo, es decir emitir un juicio sobre la tolerabilidad o no del mismo, hablándose en el caso afirmativo de Riesgo Controlado, y finalizado con ello la Evaluación del Riesgo.

No termina con ello la actuación, sino que debe actualizarse, lo que implica que cualquier cambio significativo en un proceso o actividad de trabajo, debe de conducir a una revisión de la Evaluación, y a establecer como obligación del empresario, la actualización de las evaluaciones cuando cambien las condiciones de trabajo.

Si en la evaluación del riesgo resultase que el riesgo no es tolerable, hay que controlar ese riesgo de forma inmediata, mediante la reducción del Riesgo por modificaciones en el proceso, producto o máquina, y/o la implantación de medidas adecuadas. Al proceso conjunto de Evaluación de Riesgos y Control del mismo, se le denomina Gestión del Riesgo.

5.2. CONTROL DE LOS RIESGOS

Hemos de definir los riesgos y controlarlos de forma que resulten aceptables conforme a los siguientes criterios:

a. Elaboración del Plan de actuación

Identificaremos las medidas de control apropiadas conforme a:

- Seguridad inherente por el diseño
- Medidas protectoras
- Información para la seguridad

b. Puesta en marcha del Plan de actuación

Se trata de poner en práctica los postulados del Plan, verificándose y registrándose en el archivo de gestión de riesgos.

c. Valoración del riesgo residual

Cualquier riesgo residual que aparezca después de ser aplicadas las medidas y siendo considerado aceptable, debe valorarse y registrarse en el archivo.

d. Análisis de los riesgos / beneficios

Si el riesgo residual se considera inaceptable utilizando los criterios establecidos en el Plan, se debe evaluar si los beneficios compensan los riesgos residuales. Si no compensa el riesgo se considera inaceptable.

5.3. SEGUIMIENTO DE LOS RIESGOS

a. Informe de la gestión de riesgos

Los resultados del proceso de gestión de riesgos deben registrarse en un informe que proporcionará la trazabilidad para cada peligro, la valoración del riesgo, la puesta en marcha del proceso de control y la evaluación de que los riesgos residuales son aceptables.

b. Revisión sistemática de la gestión de riesgos

Se debe de establecer y mantener un proceso sistemático de revisión de los riesgos asociados a práctica de la actividad física en una instalación deportiva valorando si estos son aceptables o no.

Se realizarán por tanto revisiones periódicas que se detallarán en el tiempo.

6. ANÁLISIS DE RIESGOS EN UNA INSTALACIÓN DEPORTIVA

Dada la complejidad de las ID, en lo que se refiere a sus diversos usos y usuarios, identificar los riesgos no siempre es tarea sencilla. Se debe tener en cuenta que son muchos los agentes implicados en las diferentes fases de la vida útil de una ID. Desde su planificación y diseño, su construcción y su posterior gestión y mantenimiento, son muchos los profesionales que intervienen, por lo que la percepción de los diferentes riesgos juega un papel especialmente relevante ya que, en función de que grupo implicado se trate, dicha percepción puede llegar a ser diferente.

Esto dificulta el entendimiento del riesgo y por ello la puesta en marcha de las acciones correctoras. Es posible que un riesgo identificado por un agente no sea entendido o compartido por otros y, con ello, se complicará la puesta en marcha de acciones para reducir dicho riesgo.

Teniendo en cuenta los espacios de nuestra instalación y los puestos de trabajo existentes, procederemos a enumerar los riesgos que podemos encontrar asociados a cada puesto de trabajo en los diferentes espacios. Los riesgos genéricos que se producirán en una instalación deportiva de manera más habitual son:

- ❖ **Grupo 1: Riesgos para la información y documentación**
 - Carencia de seguros e incumplimiento de normativas
 - Intromisión o pérdida de la información
- ❖ **Grupo 2: Riesgos para los derechos de las personas**
 - Intromisión en el derecho al honor, la intimidad y la propia imagen
 - Intromisión o pérdida de datos de carácter personal
- ❖ **Grupo 3: Riesgos ocasionados por conductas antisociales**
 - Alteración del orden, la tranquilidad y el buen uso
 - Violencia y vandalismo
 - Intrusión
 - Robo y hurto
 - Sabotaje
 - Atentado
 - Venta y consumo de sustancias prohibidas.
- ❖ **Grupo 4: Riesgos en el uso de espacios deportivos**
 - Riesgos por deficiencia en el estado de las instalaciones, equipamiento y material
 - Riesgos por deficiencias o carencias de información a los usuarios
 - Riesgos por exceso de aforo
 - Riesgos por deficiencias o carencias en las condiciones de accesibilidad y adaptabilidad para personas con discapacidad o dificultad motriz o psicosocial
 - Riesgos por deficiencias o carencias en la organización de actividades deportivas
 - Riesgos por accidente personal (imprudencia, descuido, negligencia)
 - Riesgos por enfermedad súbita
 - Riesgos derivados de la práctica deportiva

❖ **Grupo 5: Riesgos por causas tecnológicas**

- Incendio
- Explosión de gas
- Derrumbe
- Fallo en infraestructuras
 - Suministro eléctrico
 - Comunicaciones
 - Red informática

❖ **Grupo 6: Riesgos por acciones de la naturaleza**

- Caída de rayos
- Inundación
- Nevada
- Vendaval
- Sismo

❖ **Grupo 7: Riesgos con motivo u ocasión del trabajo (Riesgos laborales)**

- Accidentes con motivo u ocasión del trabajo
- Higiene industrial: Agentes físicos, químicos y bacteriológicos
- Ergonomía
- Factores psicosociales y organizativos
- Conductas inadecuadas

❖ **Grupo 8: Riesgos por accidente medioambiental**

- En el aire: Escape de gas irritante o tóxico
- En el agua: Derrame accidental de exceso de cloro
- En la tierra: Vertido accidental de líquidos corrosivos

❖ **Grupo 8: Riesgos por accidente biológico y/o bacteriológico**

- **Alimentarios**

❖ **Grupo 9: Riesgos de evacuación por causa de emergencia**

- En función de la materialización de la emergencia
 - Progresiva
 - Súbita
 - Inminente
- En función del número de personas objeto de desalojo
 - De una sola persona
 - Grupo reducido de personas
 - Grupo de personas presentes en una zona parcial del recinto
 - De la totalidad de las personas presentes en el recinto
- En función de las alternativas de desalojo
 - Concentración en espacio seguro
 - Alejamiento
- En función de las personas objeto de desalojo
 - Personas con discapacidad o dificultad motriz