



Escuela de Danza

Protocolo Especializado



Retorno Gradual hacia la Presencialidad en la Danza

2020

Versión 5: elaborada al 3 de octubre del 2020.

M.A. Erika Mata González ¹

Bach. Marlene Madrigal Mora ²

M.A. Kimberly Ulate Molina ³

M.A. Mario Blanco Lobo ⁴

M.Sc. Immanuel Cruz Fuentes ⁵

¹ Subdirección

² Asistencia Administrativa de la Escuela de Danza

³ Compañía Cámara de Danza UNA

⁴ Actividad Académica de Gestión y Producción

⁵ Centro de Prevención para la Danza

Introducción

La pandemia sin precedentes causada por el coronavirus (COVID-19) ha provocado estragos en los diferentes aspectos de la vida humana en general en múltiples naciones del globo, afectando los procesos humanos de todo tipo de orden: social, cultural, económico, de salud y muchos otros (World Health Organization, 2020).

En el campo laboral de las artes, y en el quehacer de la danza en particular, se ha sentido el efecto de un detrimento socioeconómico que ha conllevado una serie de adaptaciones desde los entes oficiales relacionados con la cultura y el arte (MCJ, 2020; Ministerio de Salud, 2020a; Sheikh et al., 2020), y principalmente desde la organización y la corresponsabilidad de los mismos grupos de los diferentes gremios relacionados con la danza y las artes escénicas. (Arts & Alliance, 2020; MCJ, 2020).

En el contexto actual, y tras el paso de la “primera oleada” de la dinámica de contagio del coronavirus, ha resurgido la necesidad de la reincorporación paulatina a espacios presenciales para poder desarrollar actividades laborales de las artes (Aznar, 2020; Gómez-García, 2020; Halabchi, Ahmadinejad, & Selk-Ghaffari, 2020). En el caso de la Escuela de Danza, se visualiza la necesidad de continuar generando las medidas sanitarias requeridas para minimizar la dispersión del virus, pero de igual manera, poder implementar mecanismos de retorno paulatino a la presencialidad con el fin de atender las labores artístico-académicas y administrativas de la Unidad Académica. }

Justificación

Este instrumento atiende la normativa nacional e institucional que han efectuado las autoridades correspondientes para prevenir el contagio del COVID-19, como el Decreto Ejecutivo No 42317-MTSS-S: la activación de protocolos y medidas sanitarias en los centros de trabajo por parte de las comisiones y oficinas o departamentos de salud ocupacional ante el COVID-19, la circular UNA-R-DISC-028-2020 Protocolo para la Reactivación de Actividades Presenciales en los Programas, Proyectos y Actividades (PPAA) y las Acciones de Relaciones Externas (AREs) de la Universidad Nacional en el

Marco de la Pandemia por COVID-19, la circular UNA-R-DISC-033-2020. Operacionalización de las giras de los PPAA según instrucción UNA-R-DISC-028-2020 y la guía de elaboración de Protocolo de actividades laborales que requieren la presencialidad durante la pandemia por la COVID – 19, la circular UNA-R-DISC-035-2020. Operacionalización de las giras de los PPAA según instrucción UNA-R-DISC-028-2020 Además, se toman como puntos de referencia primeramente las pautas emitidas por el Ministerio de Salud de Costa Rica, inclusive algunos protocolos ya existentes dentro de la misma Universidad Nacional y otras instancias afines a nuestro quehacer como el Ministerio de Cultura, Ministerio de Educación y el ICODER. De igual manera se considera que las medidas de prevención pueden cambiar en el tiempo, por ende, este documento estará en constante revisión para su oportuno seguimiento estricto en la presencialidad.

El objetivo de este documento es responder a las nuevas necesidades del contexto, con base en evidencias desde los sectores de salud física y deporte (Halabchi et al., 2020; MIDEPOR, 2020), experiencias y propuestas previas desarrolladas desde el medio artístico (Arts & Alliance, 2020; MCJ, 2020; Sheikh et al., 2020), así como el criterio interdisciplinario de profesionales de diversas áreas del conocimiento de la Escuela de Danza de la Universidad Nacional.

De esta manera este documento pretende presentar lineamientos generales, conceptos básicos y protocolos desarrollados para la utilización de los siguientes espacios a nivel laboral: Espacios de oficina, Espacio Estudios de Danza y actividades académicas de PPAAs.

La presente guía se aplica para todas las personas que ingresen y egresen a las instalaciones que forman parte de la infraestructura de la Escuela de Danza, Campus Omar Dengo, Heredia.

Lineamientos generales

Se debe continuar con los protocolos generales establecidos por el Ministerio de Salud (2020b), los cuales se resumen a continuación (ver el enlace: [Prevenga el coronavirus en 6 pasos](#))

Lavado de manos

De forma frecuente lavarse las manos con agua y jabón de manera que se limpien todas sus superficies durante al menos 30 s (ver los enlaces: [¿Cómo lavarse las manos?](#) y [¿Cuándo hay que lavarse las manos?](#)). Este procedimiento se debe repetir:

1. Antes de colocarse o ajustarse el equipo de seguridad personal (mascarilla o cubreboca, careta o lentes de seguridad)
2. Luego de retirar o ajustarse el equipo de seguridad (mascarilla o cubreboca, careta o lentes de seguridad).
3. luego de manipular puertas, ventanas u objetos de uso común.
4. Antes y después de utilizar el baño
5. Antes y después de las prácticas de danza.

Distanciamiento social

Evitar estar a menos de 1.8 m de distancia de personas externas a su “burbuja social” (ver enlace: [Burbuja Social Burbujas Sociales](#)), así como evitar contacto físico directo e indirecto en los espacios de trabajo y durante la estadía en las instalaciones de la Escuela de Danza, especialmente con personas con factores de riesgo conocidos.

Las personas con factores de riesgo pueden desarrollar complicaciones de salud en caso de adquirir el COVID-19).

Protección ante el estornudo y la tos

Al estornudar o toser la persona debe asumir una actitud protectora hacia los demás cubriéndose sin utilizar sus manos para ello (ver enlace: [Forma correcta de toser y estornudar](#)).

Evitar el contactarse la cara

Evitar el contacto de sus manos con la cara, especialmente con ojos, nariz y boca, que representan las zonas de mayor susceptibilidad de contagio.

Limpieza y desinfección de superficies

Se deben limpiar las superficies en las cuales otras personas pueden desempeñar sus labores con los productos y las formas adecuadas para evitar el contagio por contacto indirecto. (ver el enlace: [Desinfecte diariamente las superficies que se tocan con frecuencia](#))

Especificidades

1. Escritorios: todos los escritorios de los edificios de la Escuela de Danza son utilizados únicamente por un solo funcionario, de manera personal por unidad, lo cual no genera uso compartido con otros funcionarios. Cada escritorio es limpiado y desinfectado por el personal de conserjería una hora antes y una hora después de su uso. Se limpia con un trapo húmedo para quitar materia orgánica y se desinfecta con solución desinfectante de alcohol al 70% (ver tabla de productos de desinfección y limpieza), se deja actuar al menos un minuto. se seca con toallas de papel desechable. Se contempla un lapso de 30 minutos luego de la limpieza y antes de la utilización del escritorio.
2. Estudios o salones de Danza: La Escuela de Danza cuenta con estudios o salones para la práctica de la danza de más de 10 mts por 10 mts. Los mismos serán limpiados y desinfectados por el personal de conserjería antes y después de cada actividad. Los pisos de madera serán barridos y limpiados con trapo húmedo para quitar lodos y materias orgánicas, posterior se se procede a aplicar una disolución de hipoclorito con atomizador o dispersor(ver tabla de productos de desinfección y limpieza), se deja actuar durante 2 minutos y luego se trapea con trapo limpio. Esta limpieza y desinfección se realizarán una hora antes y una hora después de la realización de cada actividad..
3. Manijas, llavines, y otras superficies de contacto: estas serán limpiadas, por el personal de conserjería, con trapo húmedo con agua y jabón, se seca con toalla de papel desechable para eliminar materia orgánica, y se desinfecta con solución de alcohol al 70% de concentración (ver tabla de productos de desinfección y limpieza) dejando actuar el producto, al menos, durante un minuto. Esta acción se realizará antes y después de las actividades que impliquen el contacto con estos elementos y al menos dos veces por la mañana y dos veces por la tarde.

Espacios de uso común

4. Comedores, pisos, fregaderos, mesas, sillas y otras superficies se limpiarán, por el personal de conserjería, al menos dos veces por la mañana y dos veces por la tarde. Los pisos se barren, se limpian con trapo húmedo para eliminar materia orgánica y lodos, posteriormente se desinfectan con disolución de hipoclorito aplicado con atomizador o dispersor(ver tabla de productos de desinfección y limpieza). Se deja actuar durante 2 minutos y luego se trapea con trapo limpio. Las mesas, sillas y otras superficies se desinfectan con alcohol de concentración al 70% (ver tabla de productos de desinfección y limpieza), dejando actuar el alcohol por al menos un minuto. Estas acciones se realizarán dos veces por la mañana y dos veces por la tarde. Los utensilios de cocina como platos, cucharas, tenedores o vasos son de uso personal, por lo cual cada usuario debe portar los suyos.
5. Oficinas: Todas las oficinas de la Escuela de Danza serán limpiadas y desinfectadas, por el personal de conserjería, al menos dos veces al día. Los pisos se barren y se utiliza trapo húmedo para quitar materias orgánicas y lodos. Posteriormente, los pisos se desinfectan con disolución de hipoclorito aplicado con atomizador o dispersor(ver

tabla de productos de desinfección y limpieza), se deja actuar durante 2 minutos y luego se trapea con trapo limpio. Los escritorios, mesas, sillas y otras superficies se desinfectan con alcohol de concentración al 70% (ver tabla de productos de desinfección y limpieza). Estas acciones se realizarán una vez por la mañana y una vez por la tarde.

6. Los baños de la Escuela de Danza serán limpiados y desinfectados, por el personal de conserjería, al menos cuatro veces al día. Los pisos se barren y se utiliza trapo húmedo para quitar materias orgánicas y lodos. Posteriormente, los pisos se desinfectan con disolución de hipoclorito aplicado con atomizador o dispersor(ver tabla de productos de desinfección y limpieza), se deja actuar durante 2 minutos y luego se trapea con trapo limpio. Las duchas y los lavamanos se desinfectarán primero con agua y jabón, posterior se procede a secado con toallas de papel y luego se desinfecta con disolución de hipoclorito aplicado con atomizador o dispersor(ver tabla de productos de desinfección y limpieza), se deja actuar durante 2 minutos y luego se limpia el exceso con toallas de papel desechable. Estas acciones se realizarán dos veces por la mañana y dos veces por la tarde y también cuando su frecuencia de uso lo requiera.
7. Los pasillos serán limpiados y desinfectados, por el personal de conserjería, al menos tres veces al día. Los pisos se barren y se utiliza trapo húmedo para quitar materias orgánicas y lodos. Posteriormente, los pisos se desinfectan con disolución de hipoclorito aplicado con atomizador o dispersor(ver tabla de productos de desinfección y limpieza), se deja actuar durante 2 minutos y luego se trapea con trapo limpio. Estas acciones se realizarán tres veces al día y también cuando su frecuencia de uso lo requiera.

Cuidados y precauciones para el uso y manipulación de productos de desinfección

Los productos de desinfección utilizados para los procesos de limpieza (ver tabla de productos de desinfección y limpieza) son corrosivos e inflamables, lo que puede causar efectos secundarios y afecciones a la salud del ser humano, por lo cual se recomienda tomar las medidas necesarias en la manipulación y aplicación de los mismos. En el caso del hipoclorito, no aplique o incurra en prácticas de manipulación en contacto directo con la piel, ojos, nariz o posibilidades de consumo oral. En el caso del alcohol debe mantenerse en envases y lugares frescos y seguros. No manipular el alcohol en espacios de alta temperatura o donde exista la posibilidad de fuego.

Cuidados y precauciones para la limpieza y desinfección por parte del personal de conserjería.

- Utilizar el protocolo del lavado de manos antes y después de realizar la limpieza y desinfección.
- No tocarse la cara a la hora de realizar las labores de limpieza y desinfección.
- Evitar que las personas con factores de riesgo realicen las labores de limpieza y desinfección.
- Utilizar siempre equipo de protección personal (Mascarilla, cubre bocas, lentes de seguridad y guantes de látex o nitrilo desechables) aptos para la labores de limpieza,

desinfección y manipulación de líquidos.

- Se deben seguir las instrucciones del fabricante para asegurarse que los desinfectantes estén preparados y se manejen de forma segura y adecuada, usando el equipo de protección personal (EPP) adecuado para evitar la exposición a sustancias químicas.
- Para la limpieza de aparatos electrónicos (teléfonos, pantallas, teclados, audífonos, mouse, celulares, impresoras, entre otros), se utilizará una toalla limpia y desinfectante según recomendaciones de los fabricantes.
- Usar implementos desechables al realizar la limpieza y desinfección. En caso de utilizar implementos reutilizables en estas tareas, estos deben desinfectarse.
- Nunca sacuda los paños o toallas que utiliza para limpiar y desinfectar^[EPP]
- Al barrer se deberá realizar lentamente de forma tal que se evite que el polvo y otros agentes presentes en el piso se re suspendan en el aire, esto puede evitarse colocando un trapo húmedo amarrado a la escoba o con un trapeador humedecido.
- La gestión de residuos derivados de las tareas de limpieza y desinfección como utensilios de limpieza y equipo de protección personal desechables deberán ser desechados de manera correcta en contenedores de basura adecuados para la recolección de residuos, preferiblemente con ruedas y pedal para la apertura.
- Se deben recoger inmediatamente los residuos que se recolectan al barrer o limpiar.
- Nunca se debe apretar las bolsas en las que se depositan los residuos tratando de reducir su volumen y por ninguna razón se debe apoyar la bolsa contra el cuerpo tratando de cerrarla.
- Las disoluciones de hipoclorito de sodio se deben preparar todos los días. No se debe almacenar la disolución más de 24 horas para uso posterior.

Lineamientos específicos de la Escuela de Danza

- Es **TERMINANTEMENTE PROHIBIDO** que personas con síntomas o signos de resfrío se presenten a trabajar en los espacios laborales, académicos y/o artísticos. Este lineamiento aplica para cualquier persona que tenga una orden sanitaria vigente.
- Todo funcionario debe completar obligatoriamente el “Formulario - Detección de Casos de Riesgo en la Escuela de Danza - COVID 19” para asegurarse que se conozcan adecuadamente los requisitos básicos para retornar a la presencialidad en la Escuela de Danza. El mismo representa un requisito previo a la actividad de presencialidad. Este procedimiento será verificado por la secretaria de la Escuela de Danza, la dirección y la persona académica o administrativa responsable de la actividad. Es importante aclarar que este formulario estará en constante revisión y actualización según lo establezca la actualización de medidas preventivas ante el COVID-19 emitidas por las autoridades competentes.
- Para el traslado en transporte público o particular compartido, se debe tener la mayor cobertura corporal posible (incluyendo mascarilla/cubre bocas, careta), así como su propio alcohol en gel o líquido. Para transporte particular o compartido, se debe cerciorar la apertura de ventanillas del vehículo. No se recomienda el uso de aire acondicionado en la medida de que las condiciones climáticas ambientales lo permitan.
- Antes, durante y posterior de la permanencia en los espacios de la Escuela de Danza y durante gira de PPAA, en todo momento, debe utilizar el equipo de seguridad personal (mascarilla/cubre bocas y careta)
- Al ingresar al edificio desinfecte su calzado de la siguiente manera:
 - 1.1. Proceda a eliminar lodos y otras suciedades del calzado en la alfombra de limpieza de suela.
 - 1.2. Desinfecte su calzado en el pediluvio, el cual tendrá una disolución de hipoclorito. Mantenga su calzado en el pediluvio al menos un minuto. Esta disolución será reemplazada cada 24 horas por el personal de conserjería.
 - 1.3. Retire el exceso de desinfectante del calzado en la alfombra de secado de suela.
- Proceda a realizar el correcto lavado de manos, para lo cual debe utilizar el cuarto de baño más cercano:
 - 1.1. Edificio complejo artístico, baño primera planta.
 - 1.2. Edificio de PPAA, baño de Danza.
- Luego, proceda con la desinfección de manos con alcohol o solución en gel con una concentración alcohólica de al menos 70%. la cual se encontrará en las estaciones de desinfección debidamente rotuladas.
- Se debe atender y respetar el concepto de “burbuja social” establecido por el Ministerio de Salud de Costa Rica, para no comprometer la seguridad de los diferentes ambientes en que las personas y sus cercanos se desenvuelven.
- Ningún espacio podrá ser ocupado en más del porcentaje de aforo correspondiente (20%) a su capacidad según las medidas sanitarias establecidas por las autoridades pertinentes, y estarán debidamente rotulados con la cantidad máxima de personas que pueden permanecer en dicho espacio, manteniendo, siempre, un distanciamiento de 2 mts de radio:

1. Espacio de oficina Complejo Artístico: 3 personas
 2. Espacio de oficina edificio PPAA: 3 personas
 3. Espacio de estudios o salones de danza: 6 personas (2,5 mts de radio)
 4. Comedor edificio Complejo Artístico: 4 personas
 5. Comedor edificio PPAA: 2 personas
 6. Baños edificio Complejo Artístico: 3 personas
 7. Baños mujeres edificio PPAA: 3 personas
 8. Baños hombres edificio PPAA: 1 persona
- En la Escuela de Danza, siempre que sea posible, las reuniones, consejos, asambleas y otros, se realizarán de forma virtual o presencial remota a través de plataformas de video llamadas. En el caso de reuniones presenciales, previa solicitud y aval de la Escuela de Danza, en ningún caso se debe exceder su duración más allá de los 60 minutos, respetando el distanciamiento de 2 m de radio entre personas y el aforo correspondiente según el espacio. Se les recuerda el uso adecuado, siempre, del equipo de protección personal (mascarilla o cubre bocas, careta o lentes de seguridad) además del estricto cumplimiento de las medidas detalladas en este protocolo.
 - Todos los espacios de la Escuela de Danza están diseñados para poseer una adecuada ventilación natural, por lo tanto, está prohibido el uso de ventilación mecánica en todas sus formas en las instalaciones. Ningún espacio de la Escuela de Danza posee sistemas de Aire Acondicionado. En la medida en que las actividades lo permitan, tanto ventanas como puertas de acceso al espacio, se deben mantener abiertas en su totalidad. Para los estudios o salones de danza, los extractores de aire se deben mantener activos durante toda la actividad.
 - Cada persona debe portar su propios utensilios, objetos y botellas para hidratación, NO debe compartir objetos, líquidos ni alimentos; se prohíbe tomar agua directamente de los grifos.
 - Ante sospecha de un caso de atención por COVID-19 se actuará según UNA-R-DISC-030-2020. Ver Enlace; Instrucción UNA-R-DISC-030-2020
 - Toda información sobre procesos y procedimientos de retorno a la presencialidad en la Escuela de Danza se comunicará por medio del correo institucional y estudiantil, a través de acciones periódicas de tipo informativas y educativas.
 - Llevar dos cambios de ropa limpia, dos toallas, con sus respectivos productos de baño, los cuales no se deben compartir.
 - Se solicita el uso de ropa de trabajo y vestimenta cotidiana limpia, de lavado diario. Es decir, no utilizar prendas sucias o sin previo lavado.
 - Cada persona es responsable de portar bolsas para cargar la vestimenta y calzado.
 - Contar con un segundo juego de calzado exclusivo para el tránsito interno del edificio.
 - Observar con atención las señalizaciones del espacio, según el aforo correspondiente,

para el uso de la oficina, estudios y espacios comunes.

Rotulación

1. Aforo permitido
 2. No tocarse la cara
 3. Lavado de manos
 4. Uso de equipo de protección personal
 5. Manera adecuada para toser y estornudar
 6. Distanciamiento entre personas.
- Previo a ingresar al espacio de trabajo, se solicita realizar la prueba de temperatura como medida de prevención. Las personas encargadas de la toma de temperatura tendrán la capacitaciones e inducciones respectivas para realizar esta acción. La temperatura corporal normal de un ser humano oscila entre los 36.1 °C a los 37.8 °C grados (Wilmore y Costill, 2004). Ante cualquier alteración o anomalía en la toma de temperatura, se procederá inmediatamente a realizar una nueva toma. Si la alteración o anomalía persiste, se procederá a cambiar el termómetro. Las tomas de temperatura igual o mayor a los 38 C grados son consideradas como síntomas por COVID-19, por lo cual a las personas con resultado de toma de temperatura igual o mayor a los 38 C grados no se les permitirá realizar la actividad presencial y se realizará el procedimiento de atención debido según UNA-R-DISC-030-2020.
 - No está permitido ingerir ningún tipo de alimento dentro de los espacios de la práctica de la danza, es decir, dentro de los espacios de estudios o salones.
 - En cada espacio se ubicará un lugar de fácil acceso y debidamente rotulado (estación de sanitización) con recipientes de producto para desinfectar (ver Tabla 1.) , que cada persona debe utilizar antes y después de la actividad en su respectivo lugar de trabajo físico.

Tabla 1. Productos de limpieza

Producto	Dilución	Forma de aplicación	Tiempo de contacto para efectividad	Condiciones de aplicación
Alcohol líquido	70°	Rociador	Mínimo 60 s	Aplicación por medio de rociador a nivel de vestimenta y calzado, se brindarán toallas de papel para la limpieza en la piel; además se informará a los y las usuarias sobre la precaución respecto a la inflamabilidad del producto.

<i>Alcohol en gel</i>	70°	Aplicación directa	Mínimo 20 s	Uso tópico directo, no reemplaza el lavado de manos, se
<i>Jabón líquido</i>	---	Aplicación directa	Mínimo 20 s	Uso tópico en conjunto con agua para el lavado de manos.
<i>Cloro (hipoclorito de sodio al 2%) diluido en agua</i>	1 parte de cloro por 9 partes de agua.	Por medio de un paño limpio.	Mínimo 60 s	Se utilizará para limpiar superficies de los estudios de danza y espacios de trabajo por medio de un paño limpio manipulado con guantes. Para la limpieza y desinfección de la suela del calzado. Pediluvio.

- Posterior a la práctica de la actividad física y el aseo personal, se recomienda abrigarse apropiadamente y utilizar su equipo de protección personal (mascarilla/cubre bocas y careta)
- Se establecerán horarios específicos de limpieza y desinfección con sus respectivas bitácoras de control por parte del personal de conserjería, durante los cuales no se puede ingresar. (ver “Limpieza y desinfección de superficies”)
- En todo momento se deben atender las señalizaciones correspondientes del espacio para compartir el lugar de trabajo artístico con responsabilidad.

- En el caso de que no se acaten a cabalidad estos lineamientos, la actividad presencial, inmediatamente, será suspendida y se emitirá un informe detallado a la Dirección de la Escuela de Danza para los trámites y acciones correspondientes.

Acciones de seguimiento y cumplimiento del protocolo

La Dirección de la Escuela de Danza dará seguimiento al cumplimiento de este protocolo durante la pandemia por el COVID-19.

El jefe de la Unidad cotejará, constantemente, los lineamientos emitidos por el Ministerio de Salud y circulares institucionales que competen al proceso de trabajo y verifica, de forma constante, que los protocolos se están aplicando en todos sus ámbitos internos, con enfoque de mejora continua.

Se realizan, periódicamente, acciones informativas y educativas con el personal y estudiantes (siempre de manera virtual o presencial remota), tendientes a la incorporación de las prácticas higiénicas preventivas descritas en este protocolo. Es importante aclarar que la presencialidad de estudiantes aún no está permitida. De igual manera estas acciones estarán en constante revisión durante todo el tiempo de pandemia y emergencia sanitaria, implicando la consideración de cambio y/o actualizaciones en las mismas.

Este documento será revisado semanalmente por la Comisión Emergente de Protocolos para el Reingreso Paulatino a presencialidad en la Escuela de Danza y será cotejado con las informaciones e instrucciones emitidas por las autoridades del Ministerio de Salud de Costa Rica y las autoridades competentes de la Universidad Nacional, lo cual implica actualizaciones al mismo y su oportuna socialización con los usuarios. En el caso de actualización o modificaciones necesarias, la comisión, con el visto bueno de la directora de unidad, se encargará de comunicarlo a la Unidad de Salud Laboral de la UNA.

Bitácoras: para la verificación de las medidas de limpieza y lineamientos de asistencia a los espacios se conformarán las siguientes bitácoras:

1. Bitácora de limpieza: Primer Edificio Escuela de Danza bitácora específica. Edificio CIAAR (la verificación está a cargo del Decanato del CIDEA la cual debe ser consultada por la dirección de la ED).
2. Bitácora de asistencia (Formulario google diario verificado por la dirección de la ED, consultable en el enlace: <https://forms.gle/MXNe8LS22VgSbHHE7>).

Condiciones particulares de la Escuela de Danza

Espacios de oficina

1. Desinfecte su calzado. Ver Lineamientos específicos, página 10 de este documento.
2. Proceda al correcto lavado de manos en el baño correspondiente:
 - a. Edificio complejo artístico, baño primera planta.
 - b. Edificio de PPAA, baño de Danza.
3. Aplicar alcohol en las mismas antes de ingresar al espacio. Para este cometido se

dispondrá una estación de desinfección a la entrada de la oficina, debidamente rotulada.

4. Guarde la distancia de 2 metros entre personas a la espera del ingreso. No se atenderá a más de dos personas. Las vistas a la oficina serán previamente coordinadas. Se deberá respetar la demarcación colocada en el piso, la cual está distribuida a 1.8 mts entre ellas fuera de la oficina. Dentro de la oficina, cada funcionario tendrá un área específica de trabajo que cumple con la distancia de 1,8 mts de radio y se respetará el aforo señalado en los lineamientos de este documento, página 10. Para atender al público en general se maneja la asignación de citas por medio del correo danza@una.cr, las cuales serán previamente programadas con, al menos, 3 días de antelación. Es importante aclarar que se priorizará la atención virtual o remota vía teléfono, correo o video llamada. La atención presencial se establecerá únicamente en casos que sea estrictamente necesarios.
5. Suministre los datos necesarios para la bitácora de asistencia y la temperatura registrada en la toma. En el caso de la oficina Edificio CIAAR la encargada de la toma de temperatura será la secretaria en turno. Para el caso de oficinas de PPAA, el encargado de la actividad deberá realizar la toma de temperatura y de llenar los datos necesarios para la bitácora de asistencia. El funcionario encargado de la actividad será el responsable de velar por el cumplimiento del protocolo.
6. Todas las personas que ingresen a las oficinas administrativas (funcionarios y visitantes) deben utilizar su equipo de seguridad personal mascarilla/cubre bocas y careta antes, durante y posterior al ingreso, es decir, en todo momento.
7. Nunca deben haber más de las personas permitidas en los respectivos espacios según lo señalado en la rotulación de aforo.
8. Cada funcionario académico y administrativo es responsable de contar con su respectiva mascarilla, careta y alcohol en gel en los respectivos espacios de trabajo.
9. Los objetos y materiales de oficina no se deben compartir. En caso estrictamente necesario de compartir objetos o materiales de oficina, se procederá a la limpieza y desinfección inmediata antes y después de compartirlos. Se insta a que, antes y después de compartir los materiales, proceda a la desinfección de manos con alcohol de 70%.
10. Los materiales (cajas, bolsas, equipos) recibidos son desinfectados previo a su uso. Aplicando alcohol de 70% con rociador o paño limpio con alcohol de 70% según corresponda. Los mimos serán sometidos a una cuarentena de 24 horas antes de ser utilizados.
11. Todas las personas, sin excepción, deben cumplir con estos lineamientos.

Espacio en estudio de Danza

1. Si presenta algún síntoma relacionado con la enfermedad causada por el COVID-19, comuníquese inmediatamente con sus superiores inmediatos o personas académicas a cargo para la oportuna y pertinente acción según Instrucción UNA-R-DISC-030-2020.
2. Al ingresar al edificio proceda a desinfectar su calzado. Ver Lineamientos específicos, página 10 de este documento. Lávese las manos en el baño correspondiente:

- a. Edificio CIAAR: baño primera planta y baño cuarta planta.
 - b. Edificio PPAA, baño de Danza.
3. Aplique alcohol en las mismas e ingrese únicamente en espacios en los cuales no se exceda el aforo recomendado. Recuerde usar su equipo de seguridad (mascarilla/ cubreboca y careta) en todo momento.
 4. En los espacios demarcados dentro de los baños, deberá retirar toda su vestimenta y colocarla en una bolsa plástica. el usuario deberá traer sus propias bolsas plásticas. En caso de que no la porte, deberá informar al encargado de la actividad. Mantenga el aforo señalado para el baño correspondiente.
 5. Previo a dirigirse al estudio: vestirse con ropa de trabajo limpia, y trasladarse al lugar de práctica con el segundo juego de calzado.
 6. Previo de ingresar al estudio: quitarse el calzado y volver a desinfectar manos y pies con alcohol. Suministrar los datos necesarios para la bitácora de asistencia y la temperatura registrada en la toma con termómetro infrarrojo.
 7. El funcionario encargado de la actividad será el responsable de velar por el cumplimiento del protocolo.
 8. Todos los salones y estudios, para la práctica de la disciplina de la Escuela de Danza, tienen dimensiones mayores a los 10 mts X 10 Mts. En el estudio encontrará seis zonas delimitadas con cinta de color azul, elija la zona de su agrado y manténgase en ella durante toda la sesión. Cada zona tiene un área espacial de 2.5 mts de radio y distancia una con otra. El usuario debe mantenerse en la misma durante todo el tiempo de uso y no debe incurrir en contacto directo con personas ajenas a su burbuja social.
 9. Debe lavarse las manos con agua y jabón frecuentemente en los momentos de descanso y tránsito, así como desinfectar las manos con alcohol durante las prácticas en estudio.
 10. Utilice la zona de tránsito adecuadamente señalizada con cinta de un color verde. En todo momento mantenga la distancia de 1.8 mt entre personas.
 11. En caso de ser posible, utilice su casillero para resguardar sus pertenencias, sino colocarlas en el área del estudio destinada para este cometido, guardando la distancia recomendada en todos los casos .
 12. Al concluir con la práctica:
 - a. Diríjase inmediatamente al cuarto de baño más cercano con sus pertenencias y proceda con la práctica del correcto lavado de manos. Cerciórese de utilizar su equipo de protección personal de manera correcta (mascarilla/ cubre boca y careta).
 - b. Cambie su ropa de trabajo, y guárdela en las bolsas.

⁶ El espacio debe ser de mínimo 2,5 m²

⁷ Cada persona debe mantener sus pertenencias separadas de otras por al menos 1,8 m.

- c. Vístase con su ropa cotidiana y abandone el edificio adecuadamente cubierto.

- d. Recuerde que, en ningún momento debe tener contacto directo con personas ajenas a su burbuja social y debe mantener, en todo momento, una distancia de más de 1.8 mts entre personas.
- e. Una vez concluida toda actividad y aplicación de este protocolo debe abandonar las instalaciones de la Universidad Nacional. Por indicaciones de las autoridades de la Universidad Nacional, no está permitida la permanencia en áreas o lugares no relacionadas con las actividades de la Escuela de Danza.

Espacios comunes

Comedor

1. Se debe respetar el aforo asignado en los diferentes horarios establecidos a cada uno de los espacios de uso común.
2. No debe excederse el tiempo máximo de permanencia en los espacios según lo señalado. (30 minutos)
3. Los comedores siempre deben permanecer ventilados, para lo cual, las ventanas y las puertas siempre se mantendrán abiertas para procurar una ventilación natural fluida.
4. Se debe mantener, siempre, el distanciamiento recomendado, para lo cual encontrará debidamente delimitado y demarcado los espacios tanto en las mesas como en el fregadero o lava platos.

Baños

1. Se debe respetar el aforo asignado en los diferentes horarios establecidos a cada uno de los espacios de uso común.
2. No debe excederse el tiempo máximo de permanencia en los espacios según lo señalado. (10 minutos)
3. Se debe mantener, siempre, el distanciamiento recomendado, para lo cual encontrará debidamente delimitado y demarcado los espacios tanto en los lavamanos como en los servicios sanitarios.
4. Está prohibida la utilización de las duchas.

Bodegas

1. Se debe respetar el aforo asignado en los diferentes horarios establecidos a cada uno de los espacios de uso común.
2. No debe excederse el tiempo máximo de permanencia en los espacios según lo señalado. (60 minutos)
3. Las bodegas siempre deben permanecer ventiladas, para lo cual, las ventanas y las puertas siempre se mantendrán abiertas, durante su uso, para procurar una

ventilación natural fluida.

4. Se debe mantener, siempre, el distanciamiento recomendado, para lo cual encontrará debidamente delimitado el espacio de trabajo dentro de la bodega.

Giras laborales

En el caso de realización de giras laborales, la Escuela de Danza cumplirá este apartado en concordancia con lo indicado en las circulares UNA-R-DISC-028-2020, UNA-R-DISC-033-2020 y UNA-R-DISC-035-202. Operacionalización de las giras de los PPAA según instrucción UNA-R-DISC-028-2020.

Estrategias específicas Proyecto Integrado Compañía de Cámara Danza UNA

El proyecto Integrado Compañía de Cámara Danza UNA (CCDUNA) está conformado, según lo indica su formulación vigente, por 7 funcionarios de la Escuela de Danza; por tanto, este PPAA y sus participantes se acogerán, estrictamente a las medidas establecidas en este protocolo, tanto en actividades de carácter presencial en los edificios de la Escuela de Danza como en las actividades de trabajo de campo en giras.

Para las prácticas de Danza se establece lo siguiente:

1. Los funcionarios utilizarán los salones de clase del edificio de los PPAA de la Escuela de Danza, ubicados contiguo al Teatro Atahualpa del Cioppo. Son tres salones con dimensiones de más de 10 m x 10 m.
2. En cada salón trabajarán, únicamente, 2 funcionarios, teniendo la posibilidad de realizar las actividades, de manera individual, en un área delimitada de 5 mts X 5 mts.
3. Según lo indica los autores Dwyer et al. (2020), para las prácticas corporales y físicas no es recomendado el uso de mascarillas o cubre boca, por lo que durante la práctica de Danza no se utilizará el cubre boca y se mantendrá una distancia de 5 mts entre personas.
4. En todo momento se debe usar el equipo de protección personal (mascarilla/ cubreboca y careta). El único momento en donde se recomienda no usar mascarilla es, exclusivamente, durante la práctica de Danza en el espacio delimitado de 5 m x 5 m.
5. Se espera que este modelo pueda ser reproducido y aplicado en otros PPAA de la Unidad Académica.

Observaciones finales

Este documento representa una serie de aspectos y medidas particulares de seguridad sanitaria que debemos aplicar para el sano y seguro retorno paulatino a la presencialidad en los espacios laborales de la Escuela de Danza; sin embargo, su desarrollo no es definitivo y está sujeto a cambios en el futuro.

Se destaca que muchos de los aspectos de coordinación, aplicación y logística sobre este protocolo se desarrollarán y ejecutarán en corresponsabilidad con el Decanato del CIDEA.

De momento, y según lo indican las autoridades de la Universidad Nacional, las clases presenciales relacionadas con el Bachillerato, Maestría, procesos de enseñanza aprendizaje y otras actividades que contemplen la participación presencial de estudiantes no estarán permitidas.

Referencias

- Arts, O. of the, & Alliance, C. A. (2020). Connecticut's Arts & Culture Industry Guidelines for Operating During COVID-19. Connecticut, Estados Unidos de América.
- Aznar, G. (2020). Que no pare la danza. *Diari de Tarragona*, pp. 46–47.
- Dwyer, M. J., Pasini, M., De Dominicis, S., & Righi, E. (2020). Physical activity: Benefits and challenges during the COVID-19 pandemic. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 30(7), 1291.
- Gómez-García, A. R. (2020). Retorno al trabajo y la COVID-19. *CienciAmérica*, 9(2), 6–9.
- Halabchi, F., Ahmadinejad, Z., & Selk-Ghaffari, M. (2020). COVID-19 Epidemic: Exercise or Not to Exercise; That is the Question! *Asian Journal of Sports Medicine*, 11(1), 1–9. <https://doi.org/10.5812/asjasm.34174>
- MCJ, O. de P. y C. (2020). MCJ gestiona medidas para atención del sector cultura en el marco de lineamientos del Gobierno de la República y Ministerio de Salud ante alerta por COVID-19. Costa Rica.
- MIDEPOR. (2020). Indicaciones para la presentación de las propuestas de protocolo específicas para cada deporte, para garantizar el cumplimiento de los lineamientos del Ministerio de Salud, en relación con el Covid-19. Costa Rica.
- Ministerio de Salud. (2020a). Cronograma de apertura o extensión de actividades en medio del COVID-19 (Presentación).
- Ministerio de Salud. (2020b). Lineamientos generales para reactivar actividades humanas en medio del COVID-19. Costa Rica.
- Ministerio de Salud, Caja Costarricense de Seguro Social, e INCIENSA. (2020).

Lineamientos Nacionales para la Vigilancia de la enfermedad COVID-19 Costa Rica
Versión N ° 7. Costa Rica.

UNA. (2020) Protocolo para la reactivación de actividades presenciales en los Programas, Proyectos y Actividades Académicas de Investigación, Extensión y Docencia y en las Acciones de Relaciones Externas de la Universidad Nacional en el marco de la pandemia por COVID-19 (Versión 1).

Sheikh, A., Sheikh, A., Sheikh, Z., y Dhimi, S. (2020). Reopening schools after the COVID-19 lockdown. *Journal of global health*, 10(1).

Wilmore, J. H., y Costill, D. L. (2004). *Fisiología del esfuerzo y del deporte*. Editorial Paidotribo.

World Health Organization. (2020). Coronavirus disease 2019 - Situation Report. <https://doi.org/10.1001/jama.2020.2633>