FUNDAMENTOS

La actividad física junto con una alimentación saludable se traduce en una mejor calidad de vida para las personas. Ambas favorecen el mantenimiento y la conservación de la salud. Si la actividad física se realiza planificadamente, se convierte en ejercicio físico.

Esto junto a la recreación y el deporte son tres aspectos íntimamente relacionados cuya manifestación es una vida física, emocional y psíquica cada vez mas plena que contribuye a la prevención y en muchos casos a la rehabilitación.

Para lograr un desarrollo físico tanto en lo recreativo como en lo competitivo, en el mantenimiento de las formas físicas o en las prácticas de disciplinas deportivas, muchas personas concurren a lugares que se dedican a éste tipo de formación; estos son conocidos como gimnasios.

Lo que ocurre es que no siempre se encuentran profesionales matriculados que brinden ésta atención; teniendo en cuenta que las prácticas inadecuadas o la estimulación temprana, puede ser perjudicial para la salud del interesado.

Debemos ser concientes de los riesgos que se corren como consecuencia de un mal ejercicio, una sobrecarga, un esfuerzo mayor al ritmo cardíaco que podemos soportar haciendo uso abusivo de los mismos. En reiteradas oportunidades por los distintos medios de comunicación escuchamos casos de personas que padecen serias secuelas físicas como consecuencia del mal manejo de prácticas deportivas. Llegando inclusive a perder la vida, como ya ha sucedido.

Cada cuerpo tiene su particularidad, su conformación y no existe un manual único para la actividad física mas allá de algunas pocas reglas generales. La supervisión de nuestra actividad tiene que estar en manos de un profesional que conduzca, nos oriente, nos ponga límites y nos aconseje según la conveniencia del caso, la formación integral básica es fundamental para garantizar una mejor calidad de vida de las personas, tomando el principio que sólo el esfuerzo puede ser coronado con éxito en el marco de nuestras propias limitaciones.

Cabe destacar que todo lo expuesto con relación a la formación física tiene que estar acompañado por

una infraestructura deportiva adecuada y un lugar acorde para la práctica deportiva, guardando en su forma edilicia cierta normas indispensables para desarrollar la actividad en forma armoniosa y placentera: ventilación, iluminación, calefacción, extintores, elementos de primeros auxilios, sanitarios, vestidores, servicios de urgencias médicas, entre otros.

Por ello.

AUTOR: Aníbal Hernández

LA LEGISLATURA DE LA PROVINCIA DE RIO NEGRO
SANCIONA CON FUERZA DE
L E Y

Artículo 1°.- Los establecimientos o locales destinados a la práctica de actividades físicas tanto deportivas como recreativas, hará su funcionamiento con dirección de profesionales, se denominan "Gimnasios", teniendo en cuenta los siguientes requisitos.

a) Debe poseer ambientes iluminados, ventilados y calefaccionados.

b) Las paredes, pisos y cielo raso deberán estar en buen estado de conservación y limpieza, siendo obligatorio tener piso suspendido cuando se realice actividad aeróbica.

c) La instalación eléctrica debe estar aprobada por los planos correspondientes, debiendo contar con llave térmica y disyuntor diferencial con conexión a tierra, y demás normas de seguridad que determinan las empresas prestatarias de servicios públicos y leyes vigentes.

d) Extintores tipo triclase o superiores, carteles indicadores, alarma sonora o luminosa.

e) Elementos y botiquín de primeros auxilios.

f) Las puertas del local o establecimiento deberán abrir hacia fuera y tendrán que contemplar las medidas de seguridad para una posible evacuación.

g) Sanitarios para damas y caballeros, con azulejos hasta el cielo raso. Aquellos edificios que cuenten con vestidores, duchas y/o pileta de natación las normas de seguridad e higiene correspondientes, deben poseer todos los elementos en perfecto estado de conservación y limpieza.

h) En caso de que el establecimiento o local cuente con servicios de masajes, sauna u otra actividad paralela, éstos deberán ser independientes de donde se realiza la actividad física, como así también estar indicado dentro

del recinto debiendo reunir las condiciones de seguridad e higiene que correspondan.

i) Los aparatos a usar deben estar correctamente conservados y limpios siendo adquiridos a proveedores que se encuentren habilitados para la fabricación de los mismos.

j) Se deben realizar desinfecciones periódicas y la limpieza del lugar se hará todas las veces que sea necesario, según la actividad.

Artículo 2°.- En el caso de los gimnasios de musculación el profesional titular del mismo, que posea título que lo avale, quien será responsable de:

a) Coordinar y supervisar las actividades que se desarrollan.

b) Disponer la rutina a efectuar, pudiendo delegar en una persona idónea el control de la práctica.

c) Confeccionar una ficha individual del interesado, la cual debe contener los siguientes datos como mínimo: a) Nombre y apellido, b)Fecha de nacimiento, c)Dirección particular, d) Teléfono e)Propio o de un familiar, f) Datos clínicos tales como: intervenciones quirúrgicas, fracturas, enfermedades que padeció o padece, presión arterial y todos los datos clínicos que sirvan para iniciar o dar continuidad a la actividad física.

Artículo 3°.- Prohíbase en los gimnasios la venta o suministro de:

a) Medicamentos,

b) Anabólicos,

c) Sustancias que contengan principios activos que modifiquen el rendimiento físico o acciones fisiológicas en el organismo.

Artículo 4°.- El titular de la habilitación deberá tener título de Profesor de Educación física o título referido a la actividad que desarrolla. Será indispensable contar con una cobertura de seguro de vida, accidente y lesión que proteja a toda persona que desarrolle cualquier actividad en el lugar, como así también una cobertura médica de urgencia. Si se realizara una actividad anexa de artes marciales, la misma deberá ajustarse a lo normado en el artículo 5°.

Artículo 5°.- En el caso de los gimnasios exclusivos de artes marciales, el titular solicitante de la habilitación deberá ser como mínimo Primer Dan, que lo faculta como instructor, tener la correspondiente certificación de las Federaciones Nacionales y Provinciales y deberá ajustarse a las exigencias del artículo anterior.

Artículo 6°.- Se creará un registro único de los gimnasios a través de la Agencia Río Negro Deportes y Recreación, donde quedara expresada la actividad a desarrollar. Esta extenderá una constancia de registro, y actuará como autoridad de aplicación.

Artículo 7°.- Todos los gimnasios que se encuentran actualmente en funcionamiento tendrán un plazo de noventa (90)días a partir de la vigencia de la presente ley para regularizar su situación.

Artículo 8°.- Todos los gimnasios deberán adecuarse a la Ley Nacional y Provincial del Discapacitado y Consejo Provincial de Educación.

Artículo 9°.- La Agencia Río Negro Deportes y Recreación, reglamentará y determinará las multas por incumplimiento de la presente, destinando el producido de la misma a un Fondo que será empleado a apoyar el deporte federado de la Provincia. Se deberá hacer efectivo en un plazo de sesenta (60) días.

Artículo 10.- De forma.