PROYECTO DE ACUERDO No. 005 DE 2017

"POR EL CUAL SE ESTABLECEN MEDIDAS PARA LOS SERVICIOS PRESTADOS POR LOS ESTABLECIMIENTOS QUE PRESTEN SERVICIOS RELACIONADOS CON ACTIVIDADES DEPORTIVAS DE CUALQUIER TIPO EN EL DISTRITO CAPITAL Y SE DICTAN OTRAS DISPOSICIONES"

1. OBJETO

El objeto de la presente iniciativa es establecer medidas para los servicios prestados por los centros de acondicionamiento y preparación física en el Distrito Capital, con el propósito de que a los Ciudadanos que accedan a estos establecimientos se les garantice que están realizando la práctica de actividad física en sitios seguros y con personal idóneo, tal y como lo establece la Ley 729 de 2001.

2. ANTECEDENTES

PROYECTO	TRÁMITE
PA. 008 de 2016. "Por el cual se establecen medidas para los servicios prestados por los Centros de Acondicionamiento y Preparación Física en el Distrito Capital y se dictan otras disposiciones"	Ponencias Positivas con modificaciones presentadas por los Concejales Marco Fidel Ramírez Antonio y David Ballén Hernández. Archivado según lo establecido en el artículo 80 del Acuerdo 348 de 2008.
PA. 181 de 2016: "Por el cual se establecen medidas para los servicios prestados por los Centros de Acondicionamiento y Preparación Física en el Distrito Capital y se dictan otras disposiciones"	Radicado para las sesiones ordinarias del mes de mayo. No fue sorteado.

PA. 181 de 2016: "Por el cual se establecen medidas para los servicios prestados por los Centros de Acondicionamiento y Preparación Física en el Distrito Capital y se dictan otras disposiciones"	Ponencia positiva del Concejal Julio César Acosta Acosta Horacio y positiva con modificaciones del Concejal José Serpa Moncada.

3. CONTEXTO

3.1. ANTECEDENTES NACIONALES

Medellín, que cuenta con una población de 2'071.392 (tomado de Medellín Turístico Plegable del MEDELLÍN CONVENTIONBUREAU Alcaldía de Medellín), de donde se desprenden 6700 usuarios aproximadamente de los programas de Aeróbicos, Nocturnos y Madrugadores, del Instituto de Deporte y Recreación (INDER). Lo que representa el 0,32% de personas que realizan actividad física regularmente, cifra que alerta sobre el sedentarismo que hay en la ciudad. [1]

Con todo lo anterior se hace necesario y urgente contar con escenarios donde la práctica regular del ejercicio físico de forma segura sea un componente primordial, pues cuando se habla de ella, se "hace referencia a las condiciones ambientales, las características personales, la forma de realizar la actividad, las características de la práctica, la distribución y el tipo de ejercicios a realizar durante una sesión, la experiencia y el conocimiento que

[1] El usuario y la realidad jurídica de los CAPF y los gimnasios en el municipio de Medellín, universidad de Antioquia Instituto Universitario de Educación Física, especialización en administración deportiva Medellín, Carlos Gutiérrez Buriticá licenciado Jaime Alberto vallejo Acosta, 2005.

se tenga sobre la actividad física, así como la relación social que se establezca entre las personas participantes, de igual manera, las condiciones materiales del lugar donde se lleve a cabo la práctica". [2]

En una investigación realizada por estudiantes de la Universidad de Antioquia, se pudo establecer lo siguiente frente a los gimnasios en la Ciudad de Medellín:[3]

- El 39% de los CAPF o Gimnasio no poseen Registro mercantil
- El 39% de los CAPF o Gimnasio no poseen Registro mercantil
- La mayor parte de los servicios que se ofrecen en los CAPF ó Gimnasios van dirigidos a personas entre los 19 y los 54 años y que el adulto mayor representa un índice significativo que merece una mirada
- La mayor parte de los CAPF o Gimnasios son administrados por personas con otro tipo de profesionales 74%.
- Se observa gran cantidad de personal profesional en los CAPF o Gimnasios 34% para los Licenciados y el 19% para los Tecnólogos en Ed. Física y llama poderosamente la atención el porcentaje de Empíricos 31%.
- El grupo interdisciplinario en los gimnasios y o CAPF está conformado por un 23,72% de médicos deportologos, 11,86% de médicos generales, 16% de nutricionistas, 1. 69% de psicólogos y 20% de fisioterapeutas.
- Se observa como en los CAPF o Gimnasios se recomiendan exámenes distintos a los enumerados (orina, fecal, sangre y otros) y la glicemia como uno de los más referenciados.
- El 38% de los CPAF o Gimnasios atienden en promedio más de 101 personas diarias y el 31% de 41 a 60 personas diarias.
- Hay un alto índice en el nivel de medicamentos que se distribuyen en los CAPF o Gimnasios, la pregunta es ¿bajo qué criterios se hace este

[2] DEVÏS DEVÍS, José. Actividad física, deporte y salud. 1ª Edición. 2000. INDE publicaciones. Barcelona, España. Págs. 33, 34. (http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/02_usuario_realidad.pdf)

[3]El usuario y la realidad jurídica de los CAPF y los gimnasios en el municipio de Medellín, universidad de Antioquia Instituto Universitario de Educación Física, especialización en administración deportiva Medellín, Carlos Gutiérrez Buriticá licenciado Jaime Alberto vallejo Acosta, 2005

tipo de distribución o comercialización? ¿Es bajo prescripción médica o no?

Dentro de la investigación realizada por los estudiantes de la Universidad de Antioquia, se hicieron algunas recomendaciones, dentro de las cuales se destacan las siguientes: [4]

•Se hace urgente el control por parte del INDER (Ente deportivo Municipal), en materia del ejercicio físico, hacia los CAPF y gimnasios con el fin de responsabilizar aún más a los administradores e instructores sobre su papel a desarrollar en el contexto dentro del cual están inmersos.
• De otro lado se hace necesario una comisión conformada por INDER, INDEPORTES (Ente deportivo Municipal), y Representantes de los CAPF o Gimnasios que se encargue de promover y verificar, la adecuación a las normas de los gimnasios que no cuentan con instalaciones idóneas ni con el personal para orientar la práctica regular del ejercicio físico.
• El Educador Físico, debe trascender las barreras del conocimiento del simple hacer para liderar, plantear y programar actividades propias de su perfil, con el fin de continuar con su aparición dentro de los CAPF y los Gimnasios pues se presentan como una buena opción para el profesional de la actividad física teniendo como base el respaldo de la ley.
• La práctica regular del ejercicio físico debe traspasar la barrera del simple negocio y convertirlo en la mejor forma para el mejoramiento de la calidad de vida y la obtención de una óptima salud.
• Se hace necesario y urgente el perfil del Educador Físico que represente cambios importantes en la población y que haga gala de su condición de EDUCADOR, permitiendo cambios significativos en los usuarios frecuentes de dicho lugar.

3.2. ANTECEDENTES INTERNACIONALES

3.2.1. España: En España, la **Unión de Consumidores de Aragón** (UCA) ha opinado que "urge" aprobar una regulación para los gimnasios, "inexistente"

[4] Ibídem

hasta la fecha "a pesar de su creciente actividad y de la gran aceptación entre los usuarios".
(…)

Esta organizaciones de consumidores ha explicado que actualmente en los gimnasios "se aplican las normas generales para los establecimientos comerciales, la normativa general para las instalaciones públicas o la de la accesibilidad a centros públicos, que en el caso del **Ayuntamiento de Zaragoza** cuentan con ordenanza propia".

Así, si el gimnasio tiene piscina, este servicio se regula de acuerdo a las condiciones higiénicas sanitarias de las piscinas de uso público establecidas, ha comentado la UCA.

Por eso, y ante el "vacío legal" que se produce respecto a las actividades específicas de un gimnasio, esta [organizaciones]de consumidores ha solicitado un reglamento regulador de los gimnasios y sus actividades, que recoja, entre otros aspectos, los relativos a la seguridad de los usuarios. Subrayado fuera de texto.

Concretamente, que el usuario que acuda por primera vez al centro lo haga con un certificado médico o que el propio establecimiento tenga un servicio médico para ejecutarlo; un profesional del deporte titulado; y un monitor en cada sala para vigilar que los practicantes hagan uso de los aparatos adecuadamente y para que no dañen su salud. (Subrayado fuera de texto.

Además, la obligación de realizar una puesta a punto de los nuevos usuarios a base de ejercicios cardiovasculares, al menos durante los dos primeros meses, "para potenciar paulatinamente el riego sanguíneo que les permita realizar, más adelante, ejercicios más pesados sin riesgo".

También sería "muy recomendable", según la UCA, que los gimnasios ofrecieran un seguro médico, aparte del obligado seguro a terceros, y que todos los gimnasios contaran con un gabinete médico que proporcionara consulta y primeros auxilios.

La Unión de Consumidores de Aragón propone, igualmente, que se inspeccione periódicamente el funcionamiento de los aparatos para comprobar su perfecto funcionamiento y que las instalaciones estén provistas de todas las medidas de seguridad reglamentarias exigidas para los recintos públicos, como extintores o salidas de emergencia homologadas y perfectamente indicadas. [5]

3.2.2. Costa Rica: El Ministerio de Salud estableció una medida a través de la cual se busca garantizar a la ciudadanía la capacitación y profesionalización de las personas que tienen a cargo un gimnasio, con el propósito de contrarrestar este tipo de servicio inadecuado y poco profesional, por eso ahora deben contar con un regente en Terapia Física, quien se encargue de velar por el funcionamiento correcto del trabajo de los instructores. Adicionalmente el artículo 43 de la ley 8989 estableció que "Todo Centro de Acondicionamiento Físico o Gimnasio y Hogares de Adultos Mayores, debe tener sin excepción, un regente en Terapia Física, debidamente incorporado al Colegio de Terapeutas de Costa Rica para su funcionamiento". [6]

3.3. ANTECEDENTES LOCALES

Según un estudio de la International Health, Racquet & Sportsclub Association, Entidad que reúne a los gimnasios a nivel mundial, de los 160.000 gimnasios que hay en el mundo, el 1% están en Colombia, siendo nuestro país el tercer mercado más grande en población de Latinoamérica. Dentro de esta cifra, las Ciudades

[5] http://www.heraldo.es/noticias/aragon/la_uca_pide_regulacion_los_gimnasios_ante_creciente_actividad.html

[6] http://www.teletica.com/Noticias/43399-Gimnasios-deben-contar-desde-ahora-con-un-profesional-en-Terapia-Fisica.note.aspx

en las que más hay estos establecimientos son Bogotá, Medellin, Cali y Pereira[7], siendo Bogotá la Ciudad que cuenta con un mayor número.

Según la Secretaría de Salud, el número de gimnasios vigilados por esta Entidad es de 397, discriminados así:

LOCALIDAD	**GIMNASIOS**	**LOCALIDAD**	**GIMNASIOS**
Usaquen	24	Suba	104
Chapinero	32	Barrios Unidos	5
Santa Fe	2	Teusaquillo	8
San Cristóbal	14	Mártires	1
Usme	9	Antonio Nariño	6
Tunjuelito	5	Puente Aranda	15
Bosa	22	Candelaria	1
Kennedy	41	Rafael Uribe	17
Fontibón	29	Ciudad Bolívar	15
Engativa	13	Sumapaz	0
ESTABLECIMIENTOS VIGILADOS EN EL DISTRITO		**TOTAL**	**397**

Fuente: Empresas Sociales del Estado- Sivigila- Censo de establecimientos enero-diciembre 2014

La información anterior solo contempla el número de gimnasios que son vigilados por la SDS y no el total de los que hay en la ciudad; solamente revisando información de Entrenaya y del Directorio Deportivo de Bogotá, pude establecer que hay aproximadamente 564 CAPF en la Ciudad, sin tener en cuenta otros sitios en los que se practica actividad física, como los Crossfit[8]

[7] Colombia tiene cerca del 1 % de gimnasios del mundo, La facturación es alta. Oscila entre $ 500.000 y $ 550.000 millones, y crece año tras año, Por: Economía y Negocios @rolandolozano3 , 12:06 p.m. 21 de julio de 2011, http://www.eltiempo.com/economia/sectores/crecimiento-de-los-gimnasios-en-colombia/16125076

[8] El **CrossFit** es un tipo de entrenamiento compuesto por ejercicios funcionales, constantemente variados, ejecutados a alta intensidad. Es un programa de fuerza y acondicionamiento físico general, cuyo objetivo es incrementar el fitness. CrossFit se distingue por definir sus términos y por ser un programa observable, medible y repetible basado

y BE.SMART[9].

Haciendo una revisión, encontré que el número aproximado de gimnasios por Localidad es el siguiente:

LOCALIDAD	**NUMERO DE GIMNASIOS**
USAQUEN	44
CHAPINERO	42
SANTA FE	9
SAN CRISTÓBAL	17
USME	11
TUNJUELITO	7
BOSA	28
KENNEDY	41 (sólo en el barrio Castilla hay más de 10)

en datosCrossFit es una técnica de entrenamiento, que encadena movimientos de diferentes disciplinas al mismo tiempo, tales como la halterofilia, el atletismo, la gimnasia.

La meta es desarrollar las capacidades y habilidades humanas: resistencia cardiovascular y respiratoria, resistencia muscular, fuerza, flexibilidad, potencia, velocidad, agilidad, coordinación , equilibrio, y precisión. Exponiendo a la persona a tantos escenarios y combinaciones de movimientos como sea posible se logra una adaptación que la prepara para lo desconocido y lo poco probable."En CrossFit nuestra propuesta es un entrenamiento amplio, general e inclusivo. (https://es.wikipedia.org/wiki/CrossFit)

[9] **BE.SMART**: Es un laboratorio fitness que por medio de la tecnología EMS permite ejercitarnos inteligentemente, es decir eficaz y eficiente, todo el cuerpo a la vez y en tiempo récord de 20 minutos. Los músculos se contraen 85 veces por segundo y se activan hasta las fibras profundas de los mismos. (http://www.bes.com.co/index.php/el-metodo)

FONTIBÓN	35 (entre los barrios Hayuelos y Modelía hay aprox. 12)
ENGATIVA	26
SUBA	115
BARRIOS UNIDOS	15
TEUSAQUILLO	38
MÁRTIRES	57
ANTONIO NARIÑO	8
PUENTE ARANDA	36
CANDELARIA	1
RAFAEL URIBE	19
CIUDAD BOLÍVAR	15

Fuente: Entrenaya y Directorio Deportivo de Bogotá

A continuación voy a mostrar una comparación de la actividad de inspección, vigilancia y control que realizó la Secretaría de Salud en los últimos años en los Gimnasios con el número aproximado de CAPF que hay en la Ciudad:

AÑO	No. DE CAPF SEGÚN LA SDS	PORCENTAJE DE GIMNASIOS VISITADOS
2012	241	39.25%
2013	288	46.90%

2014	397	64.65%
2015	90	14.65%

4. CONVENIENCIA DEL PROYECTO

La práctica de actividad física y deporte se ha convertido en una de las actividades más comunes en la actualidad, de allí nace el hecho de que las personas acudan a diferentes lugares para la realización de este tipo de acciones, es importante destacar que los gimnasios pertenecen a este tipo de ofertas elegidos por las comunidades para la realización de sus actividades fisicodeportivas. La actividad física dentro de los gimnasios y centros de acondicionamiento y preparación física (CAPF) se constituye como factor de promoción de la salud y prevención de enfermedades, buscando mejorar la calidad de vida de las personas. (Colado, 1996).[10]

Durante las tres últimas décadas los beneficios de la actividad física han sido respaldados por pruebas científicas que vinculan el aumento de ejercicio y los buenos hábitos de vida para mejorar la calidad de está; así mismo se ha descubierto que la inactividad física y los hábitos negativos de vida representan una seria amenaza para la salud, todo esto relacionado a que las personas se están dando cuenta que la realización de actividad física trae un sin número de beneficios para su vida y que la importancia de controlar este tipo de actividad hace que está aumente sus posibilidades de mejorar o mantener su salud física y mental, es por tal razón que las personas se ven en la necesidad de acudir a sitios especializados donde puedan realizar este tipo de actividades de forma controlado y guiada por profesionales idóneos en el campo. (Hoeger, 2006: 1-10).[11]

[10] Problema de investigación, Estado actual del sistema de regulación pública sobre los establecimientos de comercio constituidos como Gimnasios del Municipio de Pereira, universidad de Antioquia, Instituto Universitario de Educación Física, Cristian Díaz Sánchez, Medellín, febrero del 2011.
[11] Ibídem

La Ley 729 de 2001 define a los Centros de Acondicionamiento y Preparación Físico, como, establecimientos que prestarán un servicio médico de protección, prevención, recuperación, rehabilitación, control, y demás actividades relacionadas con las condiciones físicas, corporales y de salud de todo ser humano, a través de la recreación, el deporte, la terapia y otros servicios fijados por autoridades competentes y debidamente autorizados, orientados por profesionales en la salud, que coordinarían a licenciados en educación física, tecnológicos deportivos y demás personas afines que consideren que el tratamiento o rehabilitación de la persona (s) se realice en los CAPF.

En estos establecimientos se realizan entre otras acciones las siguientes:

*Elaboración de programas y prescripción de actividad física

*Evaluación del estado de salud de las personas y recomendaciones específicas para cada caso

*Dirección, control y seguimiento de las actividades.

*Asesoría profesional de primera calidad que aclara y resuelve todo tipo de inquietudes en cuanto a ejercicio físico y salud se refiere.

Todo este tipo de acciones enmarcadas en 5 grandes calificativos para el ejercicio: [12]

1) La importancia de ser diagnosticado
2) Que sea prescrito
3) Asesorado
4) Dirigido
5) Controlado.

Los servicios prestados en los CAPF deben adecuarse a condiciones adecuadas de salud, higiene y aptitud deportiva; adicionalmente los servicios

[12] Centros de Acondicionamiento físico , Estado actual del sistema de regulación pública sobre los establecimientos de comercio constituidos como Gimnasios del Municipio de Pereira, universidad de Antioquia, Instituto Universitario de Educación Física, Cristian Díaz Sánchez, Medellín, febrero del 2011.

allí prestados deben ser desempeñados por personal altamente capacitado, médicos, nutricionistas, fisioterapeutas, educadores, físicos, licenciados o tecnólogos en deporte y educación física entre otras y con una implementación diseñada técnicamente para este fin. La Ley 729 de 2001, establece que el ente deportivo Municipal o Distrital de cada Entidad Territorial, es el encargado de velar por que se cumpla con los requisitos antes mencionados, es decir que en Bogotá la Entidad que debe realizar esta supervisión es el IDRD. Sin embargo he podido establecer que el IDRD ni siquiera cuenta con la información de los gimnasios que existen en la Ciudad, a pesar de que es ésta la Entidad encargada de autorizar y controlar a dichos establecimientos. De hecho en respuesta a la proposición 220 de 2015 el IDRD manifestó:

"Teniendo en cuenta que los gimnasios se pueden constituir y registrar ante la Cámara de Comercio de Bogotá, como delegataria legal de funciones públicas dada su naturaleza, es ésta quien lleva los registros [mercantil], de las Entidades sin ánimo de lucro y el registro único de proponentes delegados legalmente, sin que formen parte integrante de la administración pública ni el régimen legal aplicable a las Entidades que formen parte de la misma. Por lo tanto en el Instituto Distrital de Recreación y Deporte no reposa registro de los gimnasios existentes en la Ciudad.

Sin embargo la Ley establece que los gimnasios deben ser autorizados y controlados por el ente deportivo de la respectiva Entidad Territorial; es decir que si el IDRD no tiene conocimiento del número de CAPF que hay en la Ciudad no puede realizar la actividad de control, vigilancia y control a dichos establecimientos.

Además de lo establecido anteriormente los Centros de Acondicionamiento y Preparación Física deben contar mínimo con lo siguiente:

*****Cada programa debe contar con las instalaciones adecuadas para la realización de las actividades físicas.
*Todas las áreas deben tener la implementación necesaria el desarrollo de cada uno de los programas
*Contar con el personal, médico, nutricionista, fisioterapeutas, educadores, físicos, licenciados o tecnólogos en deporte y educación física entre

otras
*Tener los servicios de salud, tales como: Prevención, atención, recuperación, rehabilitación y control.

El riesgo de realizar actividad física sin supervisión puede conllevar a contraindicaciones absolutas y relativas, las cuales se catalogan así: *([13]. http://www.salud180.com/ejercicio-2, J. L.)*

- Contraindicaciones absolutas:
  1. Angina inestable.
  2. Infarto agudo de miocardio en los 3 y 5 primeros días
  3. Arritmias sintomáticas no controlables.
  4. Endocarditis activa.
  5. Estenosis aórtica severa sintomática.
  6. Insuficiencia cardiaca sintomática no controlable.
  7. Embolia o infarto pulmonar agudo.
  8. Infección.
  9. Insuficiencia renal.
  10. Tirotoxicosis.

- Contraindicaciones relativas:

  1. Hipertensión arterial o pulmonar intensa.
  2. Trombosis de extremidades inferiores
  3. Miocardiopatía hipertrófica.
  4. Alteraciones mentales que impiden la colaboración.
  5. Alteraciones electrolíticas.
  6. Estenosis valvular cardiaca moderada.
  7. Estenosis del tronco izquierdo coronario.

[13] *Escolar Castellón, C. Pérez Romero de la Cruz, R. Corrales Márquez. Actividad física y enfermedad. An Med Interna (Madrid) 2003; 20:427-433.*
González Chávez Antonio, Becerra Pérez Ana Rosa, Carmona Solís Fabiana Karina, Cerezo Goiz María Inés Alendra, Hernández y Hernández Héctor, Lara Esqueda Agustín. Ejercicio físico para la salud. Rev Mex Cardiol 2001; 12(4): 168-180.)

Adicionalmente se ha establecido que pasar muchas horas ejercitándose puede causar problemas musculares como dolor y fatiga, y otros en los riñones. Científicos holandeses relacionan esta práctica excesiva con la anaeurisma (accidentes cerebro vasculares silenciosos). Expertos recomiendan visitar a un médico deportólogo antes de iniciar cualquier rutina de ejercicios. (Subrayado fuera de texto)

Practicar ejercicio es la forma más común que los médicos recomiendan a sus pacientes para mejorar su calidad de vida. Por ello, según los expertos en el tema, se debe tener especial cuidado a la hora de seleccionar una rutina, pues un excesivo esfuerzo físico puede producir múltiples lesiones y en algunos casos patologías. A esto hay que decir que los atletas olímpicos u otros que se entrenan en diferentes ramas como el Crossfit (en donde entrenan muy duro), llevan un seguimiento adecuado y continuo en la parte física y de nutrición por parte de profesionales.

Además, cuando los dolores aparecen de manera tardía, esto nos indica que se está presentando un daño en el músculo que se ha entrenado. Algunas veces, existen casos poco usuales en donde los daños considerables pueden determinar complicaciones serias. "Cuando una persona entrena de una manera a la cual no está acostumbrada y exigiéndose, de golpe, mucho más allá de sus capacidades habituales, corre riesgos de sufrir pequeñas lesiones tanto en los músculos como en los huesos".
(…)

Investigadores de la universidad de Utrecht, Holanda, publicaron una investigación que afirma que el consumo de café, el ejercicio físico intenso, sonarse la nariz con fuerza, hacer fuerza al ir al baño, tomar refrescos de cola, sobresaltarse y enojarse, son factores que, en este orden, aumentan el riesgo de que se produzca un derrame cerebral. (Subrayado fuera de texto)

"Todos estos comportamientos aumentan la presión sanguínea de manera temporal y facilitan que el vaso inflamado por un anaeurisma se rompa".

El estudio fue realizado durante 3 años a 250 pacientes que sufrieron una anaeurisma, a quienes se les preguntó por sus hábitos y actitudes previas al

derrame. Tomar café y entrenar de manera intensa fueron las respuestas más repetidas. [14]

Además de los gimnasios, en Bogotá ha aumentado el número de establecimientos denominados crosffit, método de entrenamiento carece de dos de los principios más importantes del entrenamiento deportivo: la "individualidad" (cada persona responde de manera diferente al mismo estímulo de entrenamiento, por eso es necesario adaptar la carga de entrenamiento a cada deportista), y la "especificidad" (los estímulos provocados por un ejercicio solo afectan a funciones determinadas y específicas, es decir, que debemos enfocarnos en un objetivo concreto para alcanzarlo).

En el crossfit no hay rutinas. Aquí se realizan actividades con una constante variedad de ejercicios, se trabaja con una intensidad muy alta y un tiempo reducido. Ninguna sesión debería exceder los 50 minutos de duración.

Los ejercicios se organizan en forma de circuitos y son regulados por intervalos de trabajo con un descanso mínimo entre cada uno. Algunas de las actividades que se practican son remo, salto de cuerda, salto de altura, trabajo con peso corporal, levantamiento de pesas, running, abdominales y se basa en el trabajo de diferentes capacidades y habilidades. Se requiere resistencia cardiovascular y respiratoria, resistencia muscular, fuerza, flexibilidad, potencia, velocidad, agilidad, psicomotricidad, equilibrio, y precisión.

La práctica de este deporte produce una elevación del ritmo cardíaco que permanece constante la mayor parte del tiempo de la ejercitación. Si bien como toda gimnasia el esquema se adapta a las necesidades y particularidades de cada persona, se requiere previamente una buena forma, condición y preparación física para realizarla. Es un entrenamiento, como dijimos anteriormente, de alta intensidad.

[14] http://www.saludfisicamentalyespiritual.com/2013/09/consecuencias-del-ejercicio-intenso-y-excesivo.html

Debido a mala ejecución, o baja condición física, se han registrado diferentes tipos de lesiones en la columna, en las articulaciones de miembros inferiores y superiores, y también lesiones musculares.
Existen posibilidades de que se provoque rabdomiolisis, (un mecanismo de deterioro muscular) o necrosis de las células musculares, y pueden darse condiciones de esfuerzos extenuantes con poca hidratación.

Es imprescindible si se desea realizar esta actividad física -aunque también cualquier otra- practicarse un examen médico previo de salud y otro de nivel de aptitud o rendimiento físico.

Más allá que cada médico de familia o cardiólogo podrá seleccionar los estudios que realice, (análisis clínicos, radiografía de tórax, electrocardiograma, ergometría y un ecocardiograma e incluso eco stress), son necesarios los exámenes de nivel de aptitud. Determinar fuerza máxima, fuerza potencia, fuerza resistencia, así como niveles de potencia aeróbica y potencia explosiva, si se desea realizar una actividad de alta intensidad.

Un individuo sano puede tener un nivel de entrenamiento de 1 a 10 que sea por ejemplo de 6. Y en la sesión inicial de crossfit requerirle un esfuerzo equivalente a 9 lo que le excesivo para su organismo y provocarla situaciones de salud inesperadas.

En síntesis, para que el crossfit no se convierta en un riesgo debe practicarse solo cuando está garantizado que generará un esfuerzo adecuado al individuo. Ello se logrará determinando primero el estado de salud y es imprescindible determinar el nivel de aptitud

De ese modo, se podrá adaptar el circuito a cada persona. También es imprescindible que no se configuraren grupos heterogéneos con diferentes niveles de capacidad al esfuerzo.[15]

[15] http://www.infobae.com/2014/08/02/1584872-los-riesgos-del-crossfit-el-entrenamiento-extremo-el-ojo-la-tormenta. (El autor de esta nota es médico deportólogo y cardiólogo. Es Director del Programa de Actividad Física por la Salud y el Deporte del Hospital de Clínicas y del curso de postgrado en Medicina del Deporte de la Facultad de Medicina. Supervisó su redacción el Lic. Javier Mazzone.)

Teniendo en cuenta el aumento de Centros de Acondicionamiento Físico y otros sitios en los cuales se les ofrece a los Ciudadanos realizar actividad física, es necesaria la intervención del Distrito, ya que como lo contempla este documento hay un alto riesgo de sufrir lesiones y/o problemas de salud a causa de practicar actividad física sin supervisión; adicionalmente es necesario que las Entidades Distritales respectivas se encarguen de hacer inspección, vigilancia y control a estos centros, con el propósito de que se cumplan requisitos mínimos como el servicio de protección, prevención, recuperación, rehabilitación y control; además de que en dichos centros haya el personal idóneo, dentro del cual debe haber un médico, nutricionista, fisioterapeuta, educador físico, licenciado o tecnólogo en deporte y educación física, tal y como lo establece la Ley.

5. SUSTENTO JURÍDICO

5.1. CONSTITUCIÓN POLÍTICA

Artículo 52: El ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas, preservar y desarrollar una mejor salud en el ser humano.

El deporte y la recreación, forman parte de la educación y constituyen gasto público social.

Se reconoce el derecho de todas las personas a la recreación, a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre.

El Estado fomentará estas actividades e inspeccionará, vigilará y controlará las organizaciones deportivas y recreativas cuya estructura y propiedad deberán ser democráticas.

Artículo 78. La ley regulará el control de calidad de bienes y servicios ofrecidos y prestados a la comunidad, así como la información que debe suministrarse al público en su comercialización.

Serán responsables, de acuerdo con la ley, quienes en la producción y en la comercialización de bienes y servicios, atenten contra la salud, la seguridad y el adecuado aprovisionamiento a consumidores y usuarios.

El Estado garantizará la participación de las organizaciones de consumidores y usuarios en el estudio de las disposiciones que les conciernen. Para gozar de este derecho las organizaciones deben ser representativas y observar procedimientos democráticos internos.

5.2. OTRAS NORMAS

5.2.1. LEY 232 DE 1995, "Por medio de la cual se dictan normas para el funcionamiento de los establecimientos comerciales".

Artículo 2o. No obstante lo dispuesto en el artículo anterior, es obligatorio para el ejercicio del comercio que los establecimientos abiertos al público reúnan los siguientes requisitos:

a) Cumplir con todas las normas referentes al uso del suelo, intensidad auditiva, horario, ubicación y destinación expedida por la autoridad competente del respectivo municipio. Las personas interesadas podrán solicitar la expedición del concepto de las mismas a la entidad de planeación o quien haga sus veces en la jurisdicción municipal o distrital respectiva;

b) Cumplir con las condiciones sanitarias descritas por la Ley 9ª de 210 y demás normas vigentes sobre la materia;

(…)

d) Tener matrícula mercantil vigente de la Cámara de Comercio de la respectiva jurisdicción;

e) Comunicar en las respectivas oficinas de planeación o, quien haga sus veces de la entidad territorial correspondiente, la apertura del establecimiento.

Artículo 3o. En cualquier tiempo las autoridades policivas podrán verificar el estricto cumplimiento de los requisitos señalados en el artículo anterior.

Artículo 4o. El alcalde, quien haga sus veces, o el funcionario que reciba la delegación, siguiendo el procedimiento señalado en el libro primero del Código Contencioso Administrativo, actuará con quien no cumpla los requisitos previstos en el artículo 2° de esta Ley, de la siguiente manera; (Subrayado fuera de texto)

1. Requerirlo por escrito para que en un término de 30 días calendario cumpla con los requisitos que hagan falta.

2. Imponerle multas sucesivas hasta por la suma de 5 salarios mínimos mensuales por cada día de incumplimiento y hasta por el término de 30 días calendarios.

3. Ordenar la suspensión de las actividades comerciales desarrolladas en el establecimiento, por un término hasta de 2 meses, para que cumpla con los requisitos de la ley.

4. Ordenar el cierre definitivo del establecimiento de comercio, si transcurridos 2 meses de haber sido sancionado con las medidas de suspensión, continúa sin observar las disposiciones contenidas en la presente Ley, o cuando el cumplimiento del requisito sea posible.

5.2.2. LEY 181 DE ENERO 18 DE 1995, por el cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte.

Artículo 81. Las academias, gimnasios y demás organizaciones comerciales en áreas y actividades deportivas de educación física y de artes marciales, serán autorizados y controlados por los entes deportivos municipales conforme al reglamento que se dicte al respecto. Corresponderá al ente deportivo municipal o distrital, velar porque los servicios prestados en estas organizaciones se adecuen a las condiciones de salud, higiene y aptitud deportiva.

5.2.3. LEY 23 DE 1982, sobre derechos de autor

Artículo 159º.- Para los efectos de la presente Ley se considerarán ejecuciones públicas las que se realicen en teatros, cines, salas de concierto o baile, bares, clubes de cualquier naturaleza, estadios, circos, restaurantes, hoteles, establecimientos comerciales, bancarios e industriales y en fin donde quiera que se interpreten o ejecuten obras musicales, o se transmitan por radio y televisión, sea con la participación de artistas, sea por procesos mecánicos, electrónicos, sonoros o audiovisuales.

5.2.4. LEY 729 DE 2001, Por medio de la cual se crean los Centros de Acondicionamiento y Preparación Física en Colombia.

5.2.5. DECRETO 854 DE 2001,"Por el cual se delegan funciones del Alcalde Mayor y se precisan atribuciones propias de algunos empleados de la Administración Distrital".

ARTICULO 53. Corresponderá a los Alcaldes Locales de Bogotá D.C., siguiendo el procedimiento señalado en el libro primero del Código Contencioso administrativo, continuar con la imposición del régimen sancionatorio previsto en la Ley 232 de 1995, respecto a los establecimientos comerciales.

5.2.6. DECRETO 639 DE 1996, por el cual se clasifica el uso del gimnasio de acondicionamiento físico y cardiovascular, y se adicionan algunos artículos de los Decretos 735 y 736 de 1993.

5.2.7. ACUERDO 462 DE 2010, "Por el cual se establecen lineamientos en materia de bioseguridad para los establecimientos que ofrecen servicios de: estética facial, corporal y ornamental, gimnasios, saunas, turcos, salas de masajes y establecimientos afines, en el distrito capital y se dictan otras disposiciones."

5.2.8. DECRETO 483 DE 2007, "Por el cual se adopta el Sistema Unificado Distrital de Inspección, Vigilancia y Control de Bogotá Distrito Capital

5.2.9. DECRETO 101 DE 2010, "Por medio del cual se fortalece institucionalmente a las Alcaldías Locales, se fortalece el esquema de gestión territorial de las entidades distritales en las localidades se desarrollan instrumentos para una mejor gestión administrativa y se determinan otras

5.2.10. RESOLUCIÓN 10984 DE 1993: por la cual se modifica la Resolución 000717, de marzo 18 de 1992 en el sentido de señalar el documento que certifica el funcionamiento sanitario de los establecimientos como Licencia Sanitaria y se establecen los procedimientos para su obtención.

Artículo 1º.- Modificar la Resolución 00717 de marzo 18 de 1992 en el sentido que en adelante se denominará Licencia Sanitaria a cambio de Matrícula Sanitaria, al documento que certifica el estado sanitario de los establecimientos y que permite su funcionamiento.

Parágrafo.- El presente documento es válido para el trámite de la Licencia de Funcionamiento ante las Alcaldías Locales.

Artículo 3º.- Para efectos de la aplicación de la presente Resolución los establecimientos se clasifican en:
b. De alto riesgo sanitario:
(Locativo, ambiental, producción de desechos contaminantes, riesgos ocupacionales o riesgos de consumo o manejo de alimentos).
Industria manufacturera, metalmecánica de la construcción, talleres, tipografías, litografías, parqueaderos, lavaderos de carros, juegos electrónicos, curtiembres, cementerios, plantas de lavandería, estaciones de servicios, servitecas, depósitos de materiales reciclables y no reciclables.

Hoteles, moteles, residencias y similares, discotecas, bares, cantinas, canchas de tejo, coliseos, teatros, circos, establecimientos educativos, cárceles, cuarteles, conventos, ancianatos, baños turcos, piscinas, saunas, gimnasios, salones de belleza, depósito y expendio de alimentos y licores, restaurantes, panaderías, bizcocherías y reposterías, cafeterías, cigarrerías, expendio de víveres, comidas rápidas, reempacadoras de alimentos y apicultura.

6. COMPETENCIA DEL CONCEJO

Constitución Política:

Artículo 287. Las entidades territoriales gozan de autonomía para la gestión de sus intereses, y dentro de los límites de la Constitución y la ley. En tal virtud tendrán los siguientes derechos:

2. Ejercer las competencias que les correspondan.

Artículo 313. Corresponde a los Concejos:

1. Reglamentar las funciones y la eficiente prestación de los servicios a cargo del municipio.

Decreto Ley 1421 de 1993:

Artículo 12: Atribuciones del Concejo

1. Dictar las normas necesarias para garantizar el adecuado cumplimiento de las funciones y la eficiente prestación de los servicios a cargo del Distrito.
   (…)

7. SEGUIMIENTO AL PLAN DE DESARROLLO:

ACUERDO 645 DE 2016, "Por el cual se adopta el Plan de Desarrollo Economico, Social, Ambiental y de Obras Públicas para Bogotá D.C. 2016-2020, Bogotá mejor para todos":

Artículo 19: Mejores oportunidades para el desarrollo a través de la cultura, la recreación y el deporte

El objetivo de este programa es ampliar las oportunidades y desarrollar capacidades de los ciudadanos y agentes del sector con perspectiva diferencial y territorial, mediante un programa de estímulos, y alianzas estratégicas con los agentes del sector y las organizaciones civiles y culturales, programas de formación, de promoción de lectura y de escritura, la generación de espacios de conocimientos, de creación, de innovación, de ciencia y tecnología y de memoria, apropiación del conocimiento, el fortalecimiento del emprendimiento y la circulación de bienes y servicios y el fomento del buen uso del tiempo libre y la actividad física, en horarios extendidos, con el propósito de promover todas las formas en que los ciudadanos construyen y hacen efectivas sus libertades culturales, recreativas y deportivas, en estrecho vínculo con la transformación cultural

8. IMPACTO FISCAL

De conformidad con lo establecido en el artículo 7 de la Ley 819 de 2003, el presente proyecto es compatible con el marco fiscal de mediano plazo, por lo cual no genera gastos adicionales.

EDWARD ARIAS RUBIO
Autor

JORGE EDUARDO TORRES CAMARGO
Autor

MARIA CLARA NAME RAMÍREZ
Autora

ANTONIO SANGUINO PAEZ
Autor

HOSMAN MARTINEZ MORENO
Autor

DORA LUCIA BASTIDAS UBATE
Autora

ACUERDO _____ DE 2017

POR EL CUAL SE ESTABLECEN MEDIDAS PARA LOS SERVICIOS PRESTADOS POR LOS ESTABLECIMIENTOS QUE PRESTEN SERVICIOS RELACIONADOS CON ACTIVIDADES DEPORTIVAS DE CUALQUIER TIPO EN EL DISTRITO CAPITAL Y SE DICTAN OTRAS DISPOSICIONES

EL CONCEJO DE BOGOTÁ

En uso de sus facultades constitucionales y legales, en especial las conferidas por el numeral 1º, del artículo 12 del Decreto Ley 1421 de 1993

ARTÍCULO PRIMERO.- APLICACIÓN: El presente Acuerdo establece medidas para los servicios prestados en gimnasios, academias, CAPF (Centros de Acondicionamiento y Preparación Física) y demás establecimientos que presten servicios relacionados con actividades deportivas de cualquier tipo.

ARTICULO SEGUNDO: Todo establecimiento que preste servicios relacionados con actividades deportivas de cualquier tipo, deberá prestar sus servicios como mínimo con personal certificado en las áreas de nutrición, medicina deportiva, fisioterapeuta, educación física/licenciatura deportiva/tecnología deportiva o afines. Adicionalmente dichos establecimientos deben garantizar que los servicios de prevención, atención, recuperación, rehabilitación y control sean prestados con las debidas condiciones de higiene y salud.

PARÁGRAFO PRIMERO: La Secretaría Distrital de Salud dentro de sus funciones de inspección, vigilancia y control deberá supervisar que en los establecimientos que presten servicios relacionados con actividades deportivas de cualquier tipo se brinde el servicio médico adecuado.

PARÁGRAFO SEGUNDO: Corresponde al Instituto Distrital de Recreación y Deporte - IDRD verificar que los servicios prestados establecimiento que preste servicios relacionados con actividades deportivas de cualquier tipo cumplan con las condiciones establecidas en éste artículo, para lo cual deberá contar con un registro de los establecimiento que presten servicios relacionados con actividades deportivas de cualquier tipo que hay el Distrito Capital.

ARTÍCULO TERCERO: La Secretaría Distrital de Gobierno coordinara con las Alcaldías Locales para que estas realicen por lo menos una visita anual a los centros de acondicionamiento y preparación física, con el propósito de verificar que en los establecimientos que presten servicios relacionados con actividades deportivas de cualquier tipo se cumpla con todos los requisitos establecidos en las normas.

ARTÍCULO CUARTO: El presente Acuerdo rige a partir de la fecha de su publicación.

PUBLÍQUESE Y CÚMPLASE