

**REGLAMENTO PARA EL “RETO SALUD 40” DEL FONDO DE BENEFICIO SOCIAL DE LOS TRABAJADORES DE LA UNA****ARTICULO PRIMERO: OBJETIVO Y ALCANCE**

Este Reglamento tiene como objetivo normar el RETO SALUD 40 FBS, que mejorará la calidad de vida de los trabajadores universitarios afiliados al Fondo de Beneficio Social por medio del desarrollo de actividades dirigidas a la pérdida de porcentaje de grasa corporal incentivando hábitos de vida saludables.

Alcance

El concurso “**RETO SALUD 40**” está dirigido a los afiliados al Fondo de Beneficio Social de los Trabajadores de la UNA, tanto de Regular como de Cesantía, que se encuentren activos durante la vigencia del concurso. En el mismo participarán los afiliados que cumplan con los criterios de salud y composición corporal, establecidos en el presente reglamento.

ARTÍCULO SEGUNDO: Definiciones

Para efectos del concurso se entenderá por:

- **FBS:** Fondo de Beneficio Social de los Trabajadores de la Universidad Nacional.
- **Afiliado:** Trabajador, jubilado o pensionado de la Universidad Nacional que se encuentre incorporado al FBS como afiliado a Regular o a Cesantía.
- **Porcentaje de grasa corporal:** medida indicativa, que permite distinguir la masa muscular de la materia grasa que está presente en nuestra composición corporal.

ARTÍCULO TERCERO: Del organizador:

La organización, responsabilidad y los derechos relacionados con el RETO SALUD 40, en adelante RETO es propiedad exclusiva del Fondo de Beneficio Social de los Trabajadores de la Universidad Nacional, cédula jurídica 3007071588, en adelante FBS. Por lo que el presente reglamento de requisitos y condiciones, establece la normativa para participar en el concurso, entre las personas que cumplan con los requisitos establecidos.

ARTÍCULO CUARTO: De los derechos de imagen y el consentimiento informado:

Los participantes del RETO deben aceptar los términos y condiciones del presente reglamento, brindar el consentimiento expreso al FBS de manera irrevocable para que sus nombres, voz, imagen y videos; así como comentarios publicados en redes sociales aparezcan en publicaciones y demás medios publicitarios y en general, en todo material de divulgación



RETO SALUD 40

Fecha: 15 de marzo del 2022

de las actividades del concurso. Asimismo, cada participante debe firmar un consentimiento informado sobre las implicaciones de someterse a un programa de entrenamiento y cambio de hábitos alimenticios.

ARTÍCULO QUINTO: Vigencia del Reto Salud 40

El plazo del concurso está establecido del 1 de abril al 25 de noviembre del 2022.

ARTÍCULO SEXTO: Conformación del Jurado, selección de los participantes y descalificación.

Del Jurado Calificador: estará compuesto por la médica general de la Clínica de Especiales Médicas, dos promotores de la salud física del Centro de Recreo, el Director Ejecutivo, la directora de la Clínica de Especiales Médicas, el Director del Centro de Recreo y la encargada de Mercadeo. Todos los anteriores, trabajadores del FBS.

De la selección de participantes: Se seleccionarán a los participantes a través de un reclutamiento en la que los interesados deberán asistir en el día, hora y lugar que el FBS promocionará oportunamente.

6.1 Se seleccionarán 20 participantes, afiliados al FBS de Regular y Cesantía, que cumplan con las características físicas que se mencionan a continuación:

6.2 Los hombres que participen deberán tener un índice de masa corporal por encima del 30% y un porcentaje grasa superando el 27%. **Categorización Sobrepeso 2**

6.3 Las mujeres que participen deberán contar con un índice de masa corporal por encima del 30% y un porcentaje de grasa superando el 40%. **Categorización Sobrepeso 2**

6.4 Las personas con diabetes que cumplan con los indicadores anteriores tendrán prioridad de participación.

6.5. Residir legalmente en Costa Rica, tanto para participar en el RETO como para optar por cualquiera de los premios.

Descalificación de participantes:

6.6 Quedarán excluidas las personas con padecimientos cardiovasculares (incluido la hipertensión) anterior o bien que se desarrolle durante el reto.



6.7 Quedarán excluidas los participantes que durante la vigencia del concurso se desafilien en cualquier momento de la organización, ya sea de Regular o Cesantía.

6.8 Serán descalificados los participantes que actúen fraudulentamente, previa comprobación del jurado calificador, para tal caso el jurado calificador podrá solicitar la asesoría que considere necesaria.

6.9 Para todos los casos anteriores el FBS únicamente notificará al participante por el medio que considere oportuno previa aprobación del jurado calificador.

6.10 Se descalificará al participante que no cumpla con las obligaciones que se establecen en el presente reglamento.

ARTÍCULO SÉPTIMO: Premio

7.1 Se premiará a los participantes cuya calificación sea la más alta contemplando la siguiente distribución:

Peso porcentual por ítem:

A-Disminución de porcentaje de grasa corporal: 50%

B-Ganancia masa muscular: 10%

C-Asistencia: 30% (ver tabla adjunta y desglose puntaje)

D-Completar exámenes de laboratorio (perfil lipídico) y asistencia con la médica general: 10% (ver tabla adjunta y desglose puntaje)

En el caso del punto C-Asistencia: cada participante debe registrar al menos 2 asistencias semanales a entrenamiento individual en el gimnasio del Centro de Recreo a través de la aplicación 24/7 GYM. Siendo obligación del participante estar atento a la reservación a través de la aplicación indicada.

7.2 El lugar, medio y fecha de entrega de los premios será el que defina el FBS previa coordinación con el ganador, en virtud de cumplir con la normativa emanada de la declaratoria de emergencia nacional por COVID 19, así decretada por el Gobierno de la República.

7.3 El plazo máximo para retirar el premio será de 10 días hábiles a partir del día en que se les comunique a los ganadores, después de esta fecha caducará el derecho para reclamar el premio y se entenderá para todos los efectos legales que el ganador renuncia al mismo.

7.4 En la eventualidad que los premios definidos en el presente reglamento no puedan ser entregados al ganador o persona autorizada, por cualquier incumplimiento atribuible a éste o



RETO SALUD 40

Fecha: 15 de marzo del 2022

a las disposiciones contenidas en este reglamento, el FBS dispondrá del premio a su entera discreción, sin que ello genere ninguna responsabilidad para el FBS

7.5 El FBS otorgará a los ganadores del concurso “**RETO SALUD 40**” la siguiente premiación:

Habrán 3 ganadores:

El premio del primer lugar será de 300 000.00 Colones

El premio del segundo lugar será de 150 000.00 Colones

El premio del tercer lugar será de 100 000.00 Colones

7.6 El ganador aceptará y deberá firmar un acta de recepción del premio entregado sin que medie reclamos posteriores o solicitud de mejoras en el mismo.

7.7 El premio no es transferible.

7.8 El premio se depositará en la cuenta bancaria a nombre del ganador, registrada en el sistema de información del FBS.

7.9 El Jurado podrá declarar el premio desierto en caso de que ningún participante cumpla con lo estipulado en el presente reglamento.

7.10 En caso de empate entre dos o más participantes en puntos, se procederá de acuerdo a los siguientes criterios en el orden establecido a continuación:

- a. Gana el participante que haya obtenido mayor puntaje en el rubro de asistencia.
- b. Si persiste el empate ganará el participante que en el rubro de ganancia de masa muscular tenga mejor calificación.
- c. De continuar el empate ganará el participante que obtenga mayor puntaje en el perfil lipídico.
- d. En caso de continuar el empate se procederá a realizar un sorteo del premio entre los participantes involucrados. En este caso el perdedor del sorteo automáticamente obtendrá el siguiente lugar, siempre que no corresponda al tercer lugar, en cuyo caso no habrá premio para el perdedor del sorteo.

ARTÍCULO OCTAVO: Responsabilidades y restricciones

8.1 El FBS está en la facultad de modificar el plazo del concurso, así como fechas específicas, si así lo considera conveniente, para lo cual únicamente notificará a los participantes por el medio que considere oportuno.



RETO SALUD 40

Fecha: 15 de marzo del 2022

8.2 El FBS queda exonerado de toda responsabilidad en caso del no acatamiento de los participantes de las instrucciones y recomendaciones de los profesionales a cargo.

8.3 El FBS se reserva el derecho de bloquear de su perfil oficial, por un término de tres (3) meses, al usuario participante que, a través del perfil oficial en Facebook, Instagram o YouTube, envíe contenido que infrinja las normas comunitarias de dichas redes sociales, que perjudique a la organización o los usuarios de ésta.

8.4 Se descartarán de las redes sociales de FBS, los comentarios que emitan cualquier tipo de calificativo, afirmación o expresión que agrede al FBS o a los miembros de la comunidad en dichas redes, así como de la dinámica del RETO o a su campaña promocional.

8.5 El FBS se reserva el derecho de suspender temporal o permanentemente el RETO en caso de presentarse motivos fundados de fuerza mayor, caso fortuito o hechos de terceros, tales como desastres naturales, guerras, huelgas o disturbios, así como también situaciones que afecten la actividad o la salud pública; o en caso de detectarse un fraude o intento de fraude en perjuicio del FBS o los participantes, sin asumir ninguna responsabilidad al respecto.

8.6 Los participantes son responsables de revisar periódicamente el reglamento del RETO para evitar cualquier malentendido sobre fechas de evaluaciones o participaciones obligatorias según la tabla de asistencia obligatoria aportada por el FBS.

8.7 Cada participante ingresa y participa en el RETO por su propia voluntad y es responsable de cualquier problema de salud o accidente que pueda ocasionarse durante la duración del RETO.

8.8 Los participantes son responsables de no cometer faltas al reglamento y está prohibida la retransmisión, reproducción y comunicación pública del RETO en canales que no sean los oficiales definidos por el FBS.

8.9 Cada participante es responsable de seguir todos los procesos indicados por las instrucciones del RETO.

8.10 Los participantes son responsables de someterse a las evaluaciones suficientes para demostrar su resultado en cada RETO.

8.11 Cualquier situación anormal que se presente eventualmente con el RETO y que no estuviera prevista en el presente Reglamento, será resuelta por el FBS, en estricto apego a la legislación del FBS.

8.12 El FBS no se hará responsable por accidentes, enfermedades, muertes o gastos médicos por un mal uso de las indicaciones que los profesionales den a los participantes.



RETO SALUD 40

Fecha: 15 de marzo del 2022

ARTICULO NOVENO: Otras Consideraciones

9.1. La participación en el concurso lleva implícita la aceptación de todos los términos y condiciones del presente reglamento; así como el fallo del jurado calificador, el cual es inapelable.

9.2 La participación en el RETO es gratuita.

9.3 El RETO tiene instrucciones que deben ser seguidas y tomadas en cuenta para participar y para no ser descalificado.

9.4 Toda la comunicación y gestión del RETO se realizará por medio de las redes sociales autorizadas del Fondo de Beneficio Social y a través del correo electrónico info@fobeso.com.

9.5 Todo participante que se registre, acepta entender y someterse en todos sus extremos al presente Reglamento y a los cambios en el mismo que pudiesen suscitarse durante su vigencia y que serán notificados a través del sitio web del FBS o mediante correo electrónico info@fobeso.com.

ARTÍCULO DÉCIMO: Proceso de reclamación

10.1 El FBS se reserva el derecho de modificar este reglamento en cualquier momento para introducir todas aquellas reformas necesarias al RETO.

10.2 Todo caso no previsto en el presente reglamento será resuelto por el Jurado Calificador, comunicándose a cada participante la respectiva decisión.

ANEXO 1: TABLA DE ACTIVIDADES DE ASISTENCIA

Tabla de fechas y actividades que puntúan para el reto	
Actividad	Fecha
Feria para elección participantes	26 de marzo
Entrega de reglamento/firma consentimiento/exámenes de laboratorio	1 de abril
Introducción al reto: charla de bienvenida/entrega de KIT promocional y charla nutricional. Clase entrenamiento grupal	23 de abril
Diseño de programa de entrenamiento	25-29 de abril/23-27 de mayo/ 20-24 de junio/18-22 de julio/22-26 de agosto/26-30 set/24 al 28 octubre.
Diseño plan alimenticio	25-29 abril/22-27 agosto
Participación charla Grupal	18-22 julio
Medición final porcentaje de grasa, músculo y otros (gimnasio Centro de Recreo)	14 -17 de nov.
Exámenes de laboratorio y análisis Medicina general	01 de abril/ 17 noviembre
Se deberá registrar mínimo dos visitas al gimnasio del Centro de Recreo desde la semana del 25 de abril hasta el 17 de noviembre 2022	

ANEXO 2:


Detalle porcentaje de calificación	
1. Desglose Asistencia	30%
a. Asistencia sesiones de entrenamiento.	15%
Cada asistencia tendrá un valor de 0,25%	
b. Asistencia clase grupal y bienvenida	5%
c. Asistencia planes de cambio alimenticio	5%
Cada asistencia tiene un valor de 2,5%	
d. Asistencia charla motivacional	5%
2. Disminución porcentaje grasa corporal	50%
3. Ganancia masa muscular	10%
4. Asistencia pruebas de laboratorio y medicina general	10%
5% por cada asistencia (2 evaluaciones)	