


NOTA TÉCNICA		 PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO BANANAL SECRETARIA DE SAÚDE
PROCEDIMENTOS DE REABERTURA DAS ACADEMIAS		
14 de Maio de 2020	1ª Versão	Nº 02


1. APRESENTAÇÃO

O novo coronavírus (COVID-19) é um agente relacionado a infecções respiratórias, que podem apresentar-se com um quadro semelhante às demais síndromes gripais. Sua transmissão, com base no conhecimento científico adquirido até o presente momento, ocorre através da entrada no trato respiratório, pelo contato com gotículas de secreções (muco nasal, por exemplo). Isso pode acontecer através do contato direto com as secreções da pessoa infectada, pela tosse ou espirro, ou de forma indireta, pelo contato com superfícies contaminadas, levando-se as partículas ao nariz ou à boca através das mãos. Para prevenir a transmissão, recomendamos medidas às academias, e medidas comportamentais, cuja iniciativa cabe aos profissionais e alunos. Essas recomendações são fundamentais, tendo em vista que as academias são ambientes fechados, com grande número de circulação de pessoas e com realização frequente de atividades coletivas com compartilhamento de equipamentos.

2. RECOMENDAÇÕES GERAIS

2.1 Limpeza Geral das Unidades

- 1) Disponibilizar recipientes com álcool em gel a 70% para uso por clientes e colaboradores em todas as áreas da academia (recepção, musculação, peso livre, salas de coletivas, piscina, vestiários, kids room, etc). E recipiente com solução higienizante/bactericida, para os calçados na entrada do estabelecimento;
- 2) Durante o horário de funcionamento da academia, fechar cada área 02 (duas) vezes ao dia por, pelo menos 15 minutos, para limpeza geral e desinfecção dos ambientes. Preconiza-se a limpeza dos equipamentos e objetos, com detergente neutro, seguida de desinfecção (álcool 70% ou hipoclorito de sódio), a limpeza das superfícies fixas (chão, parede, banheiro), com detergente neutro, seguida de desinfecção (hipoclorito de sódio);
- 3) Posicionar kits de limpeza em pontos estratégicos das áreas de musculação e peso livre, contendo toalhas de papel e produto específico de higienização para que os clientes possam usar nos equipamentos de treino, como colchonetes, halteres e máquinas. No mesmo local, deve haver orientação para descarte imediato das toalhas de papel.

NOTA TÉCNICA		 PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO BANANAL SECRETARIA DE SAÚDE
PROCEDIMENTOS DE REABERTURA DAS ACADEMIAS		
14 de Maio de 2020	1ª Versão	Nº 02

2.2 Uso Obrigatório de Equipamento de Proteção Individual (EPIs) para Funcionários, Personal Trainers e Terceirizados:


Devem ser seguidas todas as orientações da Organização Mundial de Saúde para uso desses EPIs.

- Máscaras (por recepcionistas, professores, estagiários, equipe de limpeza, gerentes e terceiros);
- Luvas (professores, estagiários, equipe de limpeza e terceiros)

Devem ser seguidas todas as orientações da Organização Mundial da Saúde para uso desses EPIs.

2.3 Medidas Operacionais Preventivas

- 1) MEDIR A TEMPERATURA COM TERMOMETRO LASER DIGITAL INFRAVERMELHO À DISTÂNCIA DE **TODOS OS ENTRANTES**. Caso seja apontada uma temperatura superior a 37.8 °C recomenda-se não autorizar a entrada da pessoa na academia, incluindo clientes, colaboradores e terceirizados;
- 2) SE ALGUM **COLABORADOR** APRESENTAR FEBRE e/ou algum outro sintoma de COVID-19, informar imediatamente à gerência local;
- 3) NO CASO DO USO DE LEITOR DIGITAL PARA ENTRADA NA ACADEMIA, deve-se disponibilizar um recipiente de álcool em gel a 70% ao lado da catraca. Além disso, o cliente deve ter a opção de acessar à academia comunicando à recepcionista seu número de matrícula ou seu CPF, para que não precise tocar no leitor digital;
- 4) LIMITAR A QUANTIDADE DE CLIENTES QUE ENTRAM NA ACADEMIA: ocupação simultânea de 01(um) cliente a cada 16 m² (áreas de treino e vestiário);
- 5) DELIMITAR COM FITA O ESPAÇO em que cada cliente deve se exercitar nas áreas de peso livre e nas salas de atividades coletivas. Cada cliente deve ficar a 04 mt de distância do outro;
- 6) DOS APARELHOS DE CÁRDIO (esteiras, remo, bicicleta ergométrica, entre outros), deixar o espaçamento de um equipamento para o outro de 4 m², sendo PROIBIDO exercícios de alta intensidade;
- 7) PROIBIDO uso de bebedouro e permitido somente uso de garrafas individuais;
- 8) REALIZAR O CONGELAMENTO DOS PLANOS de clientes do grupo de risco (acima de 60 anos de idade e com comorbidades), quando solicitado;
- 9) RENOVAR TODO O AR DO AMBIENTE, DE ACORDO COM A EXIGÊNCIA DA LEGISLAÇÃO (pelo menos, 07 vezes por hora), realizar limpeza dos filtros semanalmente e fazer a troca 01 vez por mês, usando pastilhas adequadas para higienização nas bandejas do aparelho;
- 10) COMUNICAR PARA OS CLIENTES TRAZEREM AS SUAS PRÓPRIAS TOALHAS para utilizar nos aparelhos ajudando na manutenção da higiene dos equipamentos;

NOTA TÉCNICA		 PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO BANANAL SECRETARIA DE SAÚDE
PROCEDIMENTOS DE REABERTURA DAS ACADEMIAS		
14 de Maio de 2020	1ª Versão	Nº 02

- 11) EXPÔR AOS CLIENTES TODOS OS MANUAIS DE ORIENTAÇÃO que possam ajudar a combater a contaminação do COVID-19. **(encaminhar a vigilância Sanitária os manuais);**
- 12) CAPACITAR TODOS OS COLABORADORES em como orientar os clientes sobre as medidas de prevenção. **(encaminhar documento comprobatório vigilância Sanitária).**

3. COMUNICADO AOS FUNCIONÁRIOS (PERSONAL TRAINERS, RECEPCIONISTAS, E TERCEIRIZADOS)


Devem receber as devidas orientações sobre:

- Utilização dos EPIs para trabalho;
- Trocar a máscara sempre que úmida e/ou com presença de sujidade;
- Higienizar as mãos com água e sabonete LÍQUIDO. Quando não houver sujidade visível, pode-se usar álcool em gel 70%;
- Evitar tocar os olhos, nariz ou boca;
- Não compartilhar alimentos, copos, toalhas e objetos de uso pessoal;
- Objetos de trabalho de uso coletivo deve sofrer desinfecção após cada uso (ex.: caneta, calculadora, maquina de cartão de crédito);
- Utilização do termômetro;
- Manter distanciamento social.
- Atentar à presença de febre e sintomas respiratórios (tosse, coriza, etc.). Se estiverem informar por telefone e não comparecer ao local de trabalho até sessar os sintomas, preferencialmente comparecer somente após liberação médica.

4. COMUNICADO AOS CLIENTES:

Divulgar os comunicados com orientações para clientes sobre:

- Higienizar as mãos com água e sabonete LÍQUIDO. Quando não houver sujidade visível, pode-se usar álcool em gel 70%;
- Utilizar máscaras durante a permanência no local, retirar apenas durante os exercícios;
- Proibir conversas paralelas durante o período que estiver realizando exercícios devido à ausência de máscara;
- Evitar tocar os olhos, nariz ou boca;
- Não compartilhar alimentos, copos, toalhas e objetos de uso pessoal;
- Uso de garrafa de água individual;
- Uso de toalha individual;

NOTA TÉCNICA		 PREFEITURA MUNICIPAL DE RIO BANANAL SECRETARIA DE SAÚDE
PROCEDIMENTOS DE REABERTURA DAS ACADEMIAS		
14 de Maio de 2020	1ª Versão	Nº 02

- Restrição de que não será autorizada a entrada de clientes nem funcionários e terceirizados com temperatura acima de 37.8 °C e/ou algum outro sintomas do Covid 19 (tosse, dor de garganta, coriza, falta de ar, cefaleia...);
- Gráfico com a frequência diária por horário;
- Recomendação para que os clientes evitem horários de pico e se programem para treinar em horários alternativos por agendamento;
- Manter distanciamento social.

ATENÇÃO

Na ocorrência de qualquer mudança no cenário epidemiológico, que justifique a adoção de outras medidas de prevenção e controle dirigidas às academias, haverá divulgação, em tempo hábil, através dos veículos oficiais de comunicação.