

PROTOCOLO DE RECOMENDAÇÕES

ACADEMIAS DE ESPORTE E SIMILARES



Prefeitura de
TAUBATÉ

1. Retorno às atividades

Submeter todos os ambientes do estabelecimento a um intenso processo de desinfecção prévia, especialmente cozinhas, se houver, banheiros, áreas de acesso público e de serviço, seguindo as indicações das autoridades sanitárias e dos profissionais pertinentes;

Todos os funcionários que apresentarem sintoma de síndrome gripal (febre, mesmo que relatada, ou tosse, ou dor de garganta, ou coriza, ou dificuldade respiratória) serão considerados suspeitos de portarem COVID-19, devendo ser testados (PCR-RT) antes da reabertura dos estabelecimentos, só podendo retornar às atividades após 15 dias do primeiro sintoma, caso todos os sintomas tenham findado, ou caso esteja munido do resultado negativo;

Funcionários pertencentes ao grupo de risco - idade acima de 60 anos ou outras comorbidades - deverão trabalhar em regime de teletrabalho, ou, assumindo o risco de retomar as atividades presencialmente, deverão receber especial atenção e cuidados do estabelecimento, nunca sendo expostos a serviços que envolvam contato, grande proximidade com atletas, usuários e outros colaboradores.

2. Educação e Conscientização

Proceder a um treinamento, antes do retorno das atividades, dos colaboradores e demais envolvidos sobre as regras estabelecidas neste protocolo, a fim de garantir seu cumprimento;

Na política de conscientização, realizar palestras, sempre em formato digital, de conscientização e de técnicas dos procedimentos de proteção aqui listados;

Conferir ênfase ao uso contínuo de máscaras para todos os profissionais envolvidos, com orientações de uso correto e locais de descarte;

Deixar em evidência a indicação de distanciamento mínimo de 1,5 metro entre as pessoas, bem como a orientação sobre o uso obrigatório de máscaras nas dependências do estabelecimento.

3. Rotina de Testagem

Todos os que apresentarem sintoma de síndrome gripal (febre, mesmo que relatada, ou tosse, ou dor de garganta, ou coriza, ou dificuldade respiratória) serão considerados suspeitos de portarem COVID-19;

Antes de entrar nas dependências do estabelecimento, todos deverão sujeitar-se à medição de temperatura, sendo considerados suspeitos de portarem COVID-19 aqueles que apresentarem febre, ainda que leve;

Todos os funcionários deverão, diariamente, ser submetidos à triagem rápida, com o objetivo de identificar possíveis casos suspeitos e efetivar medidas de prevenção e controle em tempo oportuno;

Os suspeitos de portarem COVID-19 deverão realizar, imediatamente, o teste e, preferencialmente do 3º ao 7º dia de sintomas, teste PCR-RT, além de serem afastados de todas as atividades e instruídos a permanecer em isolamento total por, pelo menos, 14 dias, caso confirmada a contaminação ou inconclusivos os resultados dos exames (neste caso, após cessarem os motivos de suspeita de contaminação);

Todos os trabalhadores que tiverem tido contato pessoal ou convivido no mesmo ambiente com os suspeitos de portarem COVID-19 serão considerados, da mesma forma, suspeitos, devendo ser monitorados com a mesma diligência, ainda que não apresentem sintomas;

Caso verifique-se um surto de COVID-19, deverão ser utilizados todos os meios para o mapeamento da dispersão viral, a desinfecção dos ambientes e, se necessário, a suspensão temporária das atividades.

4. Organização do atendimento

Dar preferência a vendas e atendimentos remotos, por meio de plataformas digitais ou de outros mecanismos, sempre que possível;

Caso os atendimentos sejam realizados presencialmente, é obrigatória a realização de agendamento prévio, evitando-se filas de espera;

Os atletas e usuários do estabelecimento desportivo somente poderão frequentá-lo mediante agendamento prévio, estando vedada sua entrada no estabelecimento fora dessa escala de horários;

Durante o agendamento, realizar pesquisa em caráter informativo, questionando se o cliente apresenta sintomas de COVID-19:

- Você apresenta tosse ou falta de ar?
- Você apresenta febre?
- Você esteve perto de alguém exibindo esses sintomas nos últimos 14 dias?
- Você mora com alguém doente ou em quarentena?
- Você é do grupo de risco?

É obrigatório o congelamento dos planos dos clientes do grupo de risco, que estão proibidos de frequentarem os estabelecimentos desportivos;

Caso o cliente apresente quaisquer sintomas relativos à COVID-19, é necessário informar-lhe que seu comparecimento não está autorizado, recomendando-lhe a busca de auxílio médico, se cabível;

Todos os clientes deverão ser submetidos à triagem rápida antes de entrarem nos estabelecimentos, procedimento composto, no mínimo, pela medição de temperatura, com o objetivo de identificar casos suspeitos e efetivar medidas de prevenção e controle em tempo oportuno;

Se forem considerados suspeitos de portar COVID-19, devem ser impedidos de entrar no estabelecimento e aconselhados a manter-se em quarentena ou, a depender da gravidade, procurar auxílio médico imediatamente.

5. Distanciamento Social

Reduzir a densidade ocupacional, limitando a ocupação interna dos estabelecimentos a 30% de sua capacidade máxima, enquanto a cidade de Taubaté encontrar-se na classificação amarela do Plano São Paulo, e a 50%,

enquanto encontrar-se na classificação verde;

Em todo caso, o número total de pessoas dentro do estabelecimento esportivo não poderá ser maior do que uma pessoa por cada 8 metros quadrado, durante a fase amarela, e uma pessoa por cada 6 metros quadrado, durante a fase verde.

Não permitir aglomerações em nenhuma hipótese, adotando-se essa normativa como princípio geral em todas as atividades do estabelecimento;

A distância mínima entre atletas, usuários e colaboradores, durante a realização de atividades físicas, deve ser de 2 metros;

É proibido contato físico durante o treino, mesmo que seja para orientação;

Durante a fase amarela atividades coletivas devem ser evitadas, optando-se por seu oferecimento de maneira individualizada;

Durante a fase verde, atividades coletivas serão realizadas respeitando-se, além da reduzida densidade ocupacional do ambiente, o distanciamento mínimo de 2 m entre todos os participantes, e a impossibilidade de compartilhamento de objetos sem a devida higienização;

A recepção deverá ser isolada com área de proteção demarcada com fita zebra (1,5 m);

Realizar marcações no piso dos corredores e demais áreas de circulação com setas indicativas e demarcar áreas isoladas visando o necessário distanciamento de 1,5 m;

Orientar que os alunos aguardem o horário da aula em áreas que tenham marcação de distanciamento de 1,5 m no piso;

Não realizar ou divulgar nenhum evento ou promoção que possa estimular uma forma de ocupação do espaço contrária, efetiva ou potencialmente, ao princípio de não aglomeração;

Suspender a utilização dos chuveiros de vestiários, mantendo apenas banheiros abertos;

Saunas, banhos turcos, solários, hidromassagem/jacuzzi e similares devem permanecer fechados;

Limitar a quantidade de pessoas nos elevadores, se houver, a 30% de sua capacidade;

Instalar barreira de proteção acrílica nos caixas, balcões de atendimento, credenciamento, pontos de informação, recepções e similares sempre que possível e, caso não seja, colocar a fita zebra para respeitar o distanciamento;

Subsidiariamente, assegurar-se de que os funcionários estejam portando viseira de acrílico;

Evitar contato físico entre profissionais e clientes;

Em academias:

Utilizar apenas 50% dos aparelhos de cárdio, ou seja, deixar o espaçamento de um equipamento sem uso para o outro;

É expressamente proibida qualquer forma de treinamento que envolva contato, em pé ou no solo, enquanto não forem liberadas pelas autoridades do Governo Estadual;

Em piscinas:

Dividir a piscina em salas de aula com separação por raias, de acordo com o nível de aprendizagem da turma. Para reduzir o número de alunos na piscina, recomenda-se diminuir a duração das aulas;

As atividades realizadas em piscinas, como natação, hidroginástica, entre outras, devem seguir as seguintes regras:

- Disponibilizar, próximo à entrada da piscina, recipiente de álcool em gel 70% para que os clientes usem antes de tocar na escada ou nas bordas da piscina;
- Exigir o uso de chinelos no ambiente de práticas aquáticas;
- Disponibilizar, na área da piscina, suportes para que cada cliente possa pendurar sua toalha de forma individual;

- Higienizar escadas, balizas e bordas da piscina.
- Utilizar hipoclorito de cálcio a 65% no tratamento da água, entre 1 e 1,5 ppm (partes por milhão), desde que o pH seja mantido na faixa de 7,2 a 7,8.

Os bebedouros não podem funcionar e cada pessoa deve levar o seu próprio recipiente com água.

Excepcionalmente, para o uso das piscinas, poderá ser utilizado os vestiários para trocas de roupas molhadas por roupas secas; a ida aos vestiários deve respeitar todas as orientações deste documento em relação ao distanciamento entre as pessoas;

Não é permitido o uso dos vestiários para banhos e trocas de vestimentas no local, exceto no caso de aulas em piscinas para a troca de roupa molhada.

Não podem ser utilizados guarda volumes, nem celulares durante a prática, ficando disponíveis apenas porta chaves que devem ser higienizados após cada uso.

O Centro de Vigilância em Proteção da Saúde (HPSC) publicou as seguintes recomendações:

- Para a água potável recomenda-se o valor de 15mg/min por litro (por exemplo, exposição a 0,5 mg/L de cloro livre por pelo menos 30 minutos);
- Para a piscina foi recomendada a manutenção de pelo menos 1mg/L de cloro residual livre, dependendo do tipo de piscina.
- As piscinas são tipicamente desinfetadas com cloro, geralmente dosado na forma de hipoclorito de cálcio. Assim, desde que os residuais de cloro fiquem dentro das concentrações recomendadas (em geral, 1 a 3 mg/l ou ppm), as piscinas apresentam baixo risco de transmissão do novo coronavírus.
- Piscina com tratamento com ozônio ou outra modalidade.
- Nos casos, o cloreto de sódio (NaCl) é utilizado para geração de cloro por um equipamento de eletrólise, de modo que os produtos desinfetantes (íon hipoclorito e ácido hipocloroso) são os mesmos presentes nas piscinas desinfetadas com “cloro” e na água dos sistemas de abastecimento.
- A modalidade de tratamento da água da piscina deverá ser sinalizada no protocolo.

Em quadras:

Não será permitido acompanhantes no local, e tampouco atletas fora do horário dos seus jogos;

Não será permitido contato físico, nem entre atletas, nem com professores;

As aulas deverão ser individuais;

O recolhimento das bolas deverá ser feita por uma única pessoa, seja ela professor, funcionário, ou aluno responsável.

6. Higiene

Organizar uma área de chegada para clientes e profissionais, disponibilizando, além de álcool em gel 70%, para higienização das mãos, recursos para higienização das solas do sapato, como um borrifador com álcool 70% ou água sanitária;

No caso do uso de leitor de digital para entrada no estabelecimento desportivo, 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;

Posicionar álcool em gel, de maneira visível e de fácil acesso, para uso de clientes e colaboradores, em todas as entradas e saídas, locais de realização de pagamento, proximidades das estações de trabalho e quando da utilização de máquinas de atendimento do sistema bancário;

Disponibilizar embalagem individual de álcool em gel para o funcionário que realize atividades externas;

Garantir a obrigatoriedade do uso de máscaras por todos os clientes, colaboradores e fornecedores;

É obrigatório que o estabelecimento forneça máscaras suficientes aos seus colaboradores e desejável que forneça máscara aos clientes que não as estejam portando;

Quem optar por fornecer máscaras descartáveis, deve ter estoque para fornecimento de ao menos 3 trocas de máscaras por dia;

No caso de máscaras de pano, o estabelecimento deverá garantir que cada funcionário tenha, ao menos, 5 máscaras para que possa ir trocando e lavando as que forem sendo utilizadas, sendo o funcionário o responsável pela higienização;

Uso obrigatório de viseiras de acrílico por professores dentro da área da piscina. Elas devem ser higienizadas com água e detergente ou com álcool 70% a cada duas horas, no mínimo;

Orientar, ostensivamente, funcionários e clientes, inclusive por meio de cartazes afixados, banners, panfletos, áudios, vídeos, e-mails, etc., sobre a necessidade de higienização frequente das mãos, bem como sobre a maneira correta de fazê-lo;

É desejável a lavagem de mãos com água e sabão ou álcool em gel 70% sempre que possível, e obrigatória:

- Após o contato com superfícies suscetíveis a contaminação por serem tocadas por grande número de clientes ou funcionários, como maquininhas de cartão, dinheiro, corrimãos, maçanetas, balcões, entre outros;
- Quando em contato com superfícies em todas as entradas e saídas das áreas da academia (recepção, musculação, peso livre, salas de coletivas, piscina, vestiários, etc);
- Separar lixo com potencial de contaminação para descarte (Equipamento de Proteção Individual - EPI, luvas, máscaras, etc.);

Orientar as equipes sobre o correto descarte de materiais possivelmente contaminados, bem como a lavagem de mãos após tais episódios.

Disponibilizar formas de pagamento alternativas como transferência bancária e pagamentos por aproximação, que não necessitam contato com o caixa e máquinas de cartão;

Cobrir as máquinas e dispositivos de pagamento com plástico filme, higienizando-

os após cada utilização;

Disponibilizar dispensadores com álcool em gel 70% para uso daqueles que optarem pelo pagamento por meio de cartões e dinheiro (tanto para o operador do caixa, quanto para o cliente);

Orientar colaboradores e clientes a reforçar os procedimentos de higiene logo após o manuseio de dinheiro em espécie;

A hidratação será individual, os bebedouros ficarão desativados e sugere-se que os atletas levem a sua própria hidratação;

Os atletas deverão vir vestidos com seus respectivos uniformes, afim de não compartilhar vestiários;

Desencorajar colaboradores e clientes a usem adornos, como anéis, brincos, pulseiras, gargantilhas, relógios e colares, bem como o uso de celular;

Uniformes de treino são de uso único e pessoal (exigir lavagem e desinfecção após cada aula, apresentarem-se limpos e passados a cada aula);

Outros equipamentos ou acessórios de treinos, como luvas, caneleiras, protetor de peito, tórax e bucal não poderão ser compartilhados e deverão ser higienizados a cada treino pelo próprio usuário;

Em academias:

Os equipamentos deverão ser higienizados em todo término de aula;

O tatame e ou ringue deverão ser higienizados antes de iniciar cada aula;

Em piscinas:

Exigir o uso de chinelos por clientes e colaboradores e ter dispositivo para limpeza deles antes da entrada da área da piscina;

Disponibilizar, na área da piscina, suportes para que cada cliente possa pendurar

sua toalha de forma individual;

Evitar usar materiais como nadadeiras, pranchas e palmares (na piscina);

Disponibilizar, próximo à entrada da piscina, recipiente de álcool em gel 70% para que os clientes usem antes de tocar na escada ou nas bordas da piscina;

Disponibilizar, na área da piscina, suportes para que cada cliente possa pendurar sua toalha de forma individual;

Em quadras:

Manter os pertences no seu mesmo lado da quadra;

As bolas deverão ter uso individual.

7. Sanitização de ambientes

Realizar desinfecção diária do local que receberá o público, antes da abertura ou no final do expediente;

Durante todo o período de funcionamento da unidade, os funcionários da limpeza deverão estar circulando e limpando locais, entre uma aula e outra, principalmente nos pontos de contato das pessoas;

Além disso, todos os colaboradores da unidade, atletas e usuários são responsáveis pelos procedimentos de higienização dos equipamentos e objetos que utilizarem, principalmente fora dos turnos de atuação da equipe de limpeza;

Retirar do estabelecimento tapetes e objetos que dificultem a limpeza, optar por uma decoração minimalista;

Providenciar, sempre que possível, a manutenção de portas e janelas abertas, privilegiando a ventilação natural e minimizando o manuseio de maçanetas e fechaduras;

Em caso de ambientes climatizados, garantir a manutenção dos aparelhos de ar condicionado, conforme recomendação da legislação vigente e atentando-se aos seguintes aspectos:

- Todo ambiente que dispuser de ventilação artificial só poderá ser utilizado se seus ductos e equipamentos forem regularmente limpos e esterilizados com os produtos recomendados, a fim de evitar-se a propagação do vírus;
- A frequência de limpeza das tubulações de ventilação artificial deverá ser registrada e disponibilizada em caso de fiscalização da autoridade sanitária por evidência;

Realizar mapeamento dos objetos, superfícies e itens em geral que possuem grande contato manual, como maçanetas, bancos, cadeiras, corrimãos, porta, janelas, entre outros, para que seja realizada uma rotina de desinfecção;

Deverá ser feito fechamento sistemático (três vezes ao dia) para higienização mais apurada dos ambientes com horário fixo e registrado em protocolo;

Em academias:

Posicionar kits de limpeza em pontos estratégicos das áreas de musculação e peso livre, para que os clientes higienizem os equipamentos (colchonetes, halteres e máquinas) com produto específico para esse fim;

Em piscinas:

Após o término de cada aula, higienizar as escadas, balizas e bordas da piscina;

Garantir a qualidade da água nas piscinas com eletroporação e filtros químicos em alta concentração;

Em quadras de areia:

As quadras terão suas areias devidamente esterilizadas semanalmente;

Garantir que os lavatórios e banheiros, para clientes e colaboradores, sejam devidamente equipados com água, sabão e toalhas descartáveis, além de lixeiras com acionamento não manual;

Intensificar a higienização dos sanitários de uso de colaboradores e clientes;

Para que um equipamento, utensílio ou superfície seja considerado higienizado, deve passar pela etapa de limpeza para remoção de sujidades e posterior desinfecção com produto adequado e regularizado pela Agência Nacional de Vigilância Sanitária – ANVISA e/ou Ministério da Saúde – MS e deve ser utilizado somente para as finalidades indicadas pelos fabricantes, dentro do prazo de validade e acompanhados de Fichas de Informações de Segurança de Produtos Químicos (FISPQ);

Instalar carpete higiênico na entrada do prédio e de todas as salas de ginástica.

8. Orientação aos clientes

Garantir a ampla difusão das normas contidas neste protocolo aos clientes, por meio de cartazes afixados, banners, panfletos, áudios, vídeos, e-mails, etc.;

Em local visível, na entrada do estabelecimento, afixar placa com a lotação máxima autorizada, segundo a classificação que o município obtiver AMARELA ou VERDE;

Na mesma placa deverão ser informados os dias e horários de atendimento ao público;

Orientar para que alunos tragam de casa seus os equipamentos de uso pessoal (como toalhas de banho e mão, bolas, arcos, colchonetes, garrafas de água).

9. Orientação aos colaboradores

Assegurar-se de que máscaras, luvas e outros equipamentos de proteção e higiene fornecidos nunca serão compartilhados entre os colaboradores;

Também está vedado o compartilhamento de objetos e utensílios de uso pessoal, a exemplo de copos descartáveis, fones e aparelhos de telefone;

Vacinar ou orientar que seus funcionários vacinem-se para gripe (influenza e H1N1);

Nos vestiários, devem ser adotados os cuidados para evitar a contaminação cruzada do uniforme, evitando-se contato entre uniformes limpos e os sujos;

Orientar os colaboradores a seguirem as seguintes medidas de segurança fora do ambiente de trabalho:

- Não realizar o trajeto de uniforme, evitando a contaminação dos colegas de trabalho;
- Trocar a máscara utilizada no deslocamento;
- Lavar e trocar os uniformes diariamente e levá-los ao local de trabalho protegidos em saco plástico ou outra proteção adequada, necessariamente fornecida pelo estabelecimento;

Uniformes só devem ser utilizados no ambiente de trabalho;

Os cuidados para evitar a contaminação cruzada do uniforme devem ser tomados;

Os profissionais de limpeza devem utilizar luva de borracha grossa (que possa ser lavada com água e sabão ao final do expediente, deixando-a secar ao natural), bota ou sapato fechado e calça comprida. Em caso de respingos, deve usar um avental impermeável. Se há risco de respingos nos olhos, a orientação é utilizar óculos de proteção. Disponibilize também máscaras domésticas caso o funcionário não tenha.

10. Horários de funcionamento

Enquanto vigorar o Plano São Paulo, os estabelecimentos só poderão receber clientes **por no máximo de 6 horas diárias OU em 2 turnos de 3 horas**, sendo que a entrada de clientes nas academias acontecerá apenas com agendamento prévio; O horário escolhido deverá ficar afixado na entrada para o público e fiscalização.

11. Redução do expediente

Deverão ser estabelecidas as jornadas de trabalho compatíveis com os horários reduzidos de funcionamento, com o fim de evitar concentração de colaboradores no estabelecimento;

Reduzir o número de colaboradores administrativos e, na medida do possível, adotar o home office;

Apoio a colaboradores que tenham dependentes incapazes, no período em que estiverem fechadas as creches, escolas e abrigos.

Elaborar uma escala para que os colaboradores que não tenham com quem deixar os incapazes durante o período em que estiverem fechadas as creches, escolas e abrigos, especialmente as mães trabalhadoras, possam ter esse apoio do estabelecimento;

Permitir o trabalho no sistema de teletrabalho para empregados que não tenham quem cuide de seus dependentes incapazes no período em que estiverem fechadas as creches, escolas ou abrigos, sendo que, se não for possível o teletrabalho, o empregador deverá acordar com o empregado uma forma alternativa de manutenção do emprego, podendo, para tal, utilizar os recursos previstos na legislação federal atualmente vigente;

Se possível, o empregador poderá disponibilizar maneiras alternativas de viabilizar a presença do empregado ao local de trabalho, oferecendo uma solução humana e responsável ao cuidado do menor, a qual deverá ser decidida em conjunto com a mãe.

12. Protocolo de fiscalização e monitoramento do próprio setor (autotutela)

A entidade representativa do setor deverá informar a todos os seus representados sobre os protocolos a serem seguidos e apoiar a sua implementação;

Manter comunicação contínua com seus associados, esclarecendo dúvidas e estimulando a continuidade das medidas enquanto durar a pandemia.

Contato da Vigilância Sanitária

Endereço para dúvidas:

Rua José Roberto de Matos, s/n – Jardim das Nações.

E-mail:

pmt.vs@taubate.sp.gov.br

Telefone:

(12) 3631-7903