

PROTOCOLO SETORIAL

ACADEMIAS DE GINÁSTICA E SIMILARES



Considerando a reabertura dos serviços de academias e similares, além das recomendações gerais, reunimos importantes informações sobre os procedimentos mínimos a serem adotados na retomada das atividades, sem prejuízo eventuais orientações suplementares que venham a ser estabelecidas pelas autoridades sanitárias, a fim de garantir aos profissionais, gestores e clientes um ambiente seguro para voltar à rotina e evitar o contágio por coronavírus.



PREFETURA DE
TAQUARITINGA
DO NORTE

Em todo lugar e Trabalho sem Pausa!



PARA AS EMPRESAS



PRECETURA DE
TAQUARITINGA
DO NORTE

Em todo lugar e Trabalho sem Pausa!



Para as empresas

- ▶ Observar os decretos estaduais e municipais quanto a capacidade operacional e horário de funcionamento para que o tráfego trabalhadores e colaboradores não gere aglomerações e contato desnecessário;
- ▶ Os estabelecimentos estão autorizados a funcionar, obedecendo à ocupação simultânea de 1 (um) aluno a cada 10m² (áreas de treino, piscina e vestiário). A prática das modalidades esportivas, dentro do ambiente das academias, deverá seguir as orientações contidas nos protocolos emitidos pelas autoridades competentes.
- ▶ Delimitar com fita o espaço em que cada aluno deve se exercitar nas áreas de peso livre e nas salas de atividades coletivas. Cada aluno deve ficar a 1,5 metro de distância do outro;
- ▶ Utilizar apenas 50% dos aparelhos de cardio, ou seja, deixar o espaçamento de um equipamento sem uso para o outro ou garantir o distanciamento mínimo de 2 metros entre eles. Fazer o mesmo com os armários e objetos pessoais;





Para as empresas

- ▶ Estabelecer a distância mínima de 2 metros entre os aparelhos de musculação (máquinas), adotando as medidas necessárias para esta finalidade;
- ▶ Disponibilizar gráfico com a frequência diária por horário, a fim de que os alunos e personal trainers possam escolher o período com o menor fluxo de pessoas;
- ▶ Orientar, para que durante a atividade física, as pessoas possam direcionar e manter a respiração no sentido oposto aos demais praticantes.
- ▶ Disponibilizar recipientes com álcool a 70% para higienização das mãos dos alunos, profissionais e colaboradores em todas as áreas da academia (recepção, musculação, peso livre, salas de coletivas, piscina, vestiários, kids room, entre outros);
- ▶ Uso obrigatório de equipamento de proteção individual (EPIS) para profissionais, colaboradores e terceirizados;
- ▶ Apenas permitir a entrada e a permanência no estabelecimento de pessoas utilizando máscara, inclusive de alunos e visitantes em atividade;





Para as empresas

- ▶ Para a limpeza de superfícies e objetos, a Anvisa autoriza a substituição do álcool a 70% por hipoclorito de sódio a 0,5%, alvejantes contendo hipoclorito (de sódio, de cálcio) a 2-3,9%, iodopovidona 1%, peróxido de hidrogênio 0,5%, ácido peracético 0,5%, quaternários de amônio como cloreto de benzalcônio 0,05%, compostos fenólicos e desinfetantes de uso geral com ação contra vírus. Também é possível diluir 1 copo (250 ml) de água sanitária em 1 litro de água ou 1 copo (200 ml) de alvejante em 1 litro de água;
- ▶ Durante o horário de funcionamento da academia, fechar cada área de 2 a 3 vezes ao dia, por pelo menos 30 minutos, para a limpeza geral e desinfecção dos ambientes;
- ▶ Posicionar kits de limpeza em pontos estratégicos das áreas de musculação e peso livre, para que alunos, profissionais ou colaboradores higienizem os equipamentos (colchonetes, halteres e máquinas);





Para as empresas

- ▶ No caso do uso de leitor de digital para entrada na academia, deve-se disponibilizar um recipiente com álcool a 70% ao lado da catraca. Além disso, o aluno deve ter a opção de acessar a academia comunicando à recepcionista seu número de matrícula ou CPF, para que não precise tocar no leitor digital;
- ▶ Garantir que, antes de entrar na academia, os alunos, profissionais, colaboradores e terceirizados façam higienização dos pés ou calçados através de solução apropriada;
- ▶ Não permitir que se beba diretamente das fontes de água. Orientar para o uso de recipientes individuais ou copos reutilizáveis, não sendo permitido o seu compartilhamento;
- ▶ Privilegiar e incentivar a ventilação natural no interior da academia. No caso de ambientes climatizados, verificar a higienização periódica dos aparelhos e a adequação de suas manutenções preventivas e corretivas de acordo com a legislação;





Para as empresas

- ▶ Comunicar para os alunos trazerem as suas próprias toalhas para ajudar na manutenção da higiene dos equipamentos. Caso a academia forneça toalhas, elas devem ser descartadas pelo aluno em um recipiente com tampa e acionamento por pedal;
- ▶ Os equipamentos pessoais que absorvem o suor, como tapete de ioga ou colchonetes, não devem ser de uso comum. Os alunos devem trazer seus próprios equipamentos, se necessário, para o treinamento. Deve ser evitado o uso de equipamentos com superfícies porosas (como alguns tipos de colchões, entre outros);





Para as empresas

► Orientações para piscina:

- Disponibilizar, próximo à entrada da piscina, recipiente de álcool a 70% para que os alunos usem antes de tocar na escada ou nas bordas;
- Disponibilizar tapete com solução adequada para higienização dos pés antes de entrar na área da piscina;
- Os alunos deverão tomar uma ducha antes de entrar na piscina;
- Disponibilizar, na área da piscina, espaço específico para que cada aluno possa colocar seus objetos pessoais separadamente;
- Após o término de cada aula, higienizar as escadas, balizas e bordas da piscina;
- Garantir a qualidade da água nas piscinas com os procedimentos adequados.





Para as empresas

- ▶ Criar mecanismos que possibilitem evidenciar sinais e sintomas clínicos para COVID-19, febre, gripe/resfriado, tosse, dor de cabeça, entre outros;
- ▶ Caso haja confirmação de alunos, profissionais e colaboradores com suspeita ou diagnosticado de COVID-19, estes serão afastados e deve ser realizada a busca ativa das pessoas que tiveram contato com o indivíduo e comunicá-los para que adotem as medidas necessárias;
- ▶ Expor aos alunos, profissionais e colaboradores todos os manuais de orientação que possam ajudar a combater a contaminação da COVID-19. Reforçar os protocolos de limpeza para conter o vírus de acordo com a operação de cada academia;





PARA OS COLABORADORES



PRECIPITURA DE
TAQUARITINGA
DO NORTE

Em todo lugar e Trabalho sem Pausa!



Para os colaboradores

- ▶ Respeitar as normas de proteção vigentes no ambiente de trabalho;
- ▶ Utilizar corretamente os equipamentos de segurança fornecidos pela empresa;
- ▶ Realizar higienização dos sapatos quando adentrar o local de trabalho e sempre que se fizer necessário;
- ▶ Lavar as mãos sempre que possível, ou utilizar álcool em gel 70%.
- ▶ Informar para a empresa em caso de suspeita ou contaminação pelo vírus e permanecer em isolamento;
- ▶ Higienizar ferramentas, máquinas e equipamentos de uso manual e comum antes durante a execução do trabalho e após finalizar;
- ▶ Evite qualquer tipo de aglomeração, ainda que no local destinado á alimentação e descanso;
- ▶ Manter distância segura entre os outros colaboradores de 1,5 m;





PARA OS CLIENTES



PRECIPITURA DE
TAQUARITINGA
DO NORTE

Em todo lugar e Trabalho sem Pausa!



Para os clientes

- ▶ Respeitar as normas de proteção vigentes no setor;
- ▶ Permanecer em isolamento em caso de suspeita ou confirmação de contaminação pelo vírus;
- ▶ Uso obrigatório de máscara pelos alunos ou visitantes nas dependências da academia, inclusive quando em atividade;
- ▶ Realizar higienização dos sapatos quando adentrar nas dependências da academia e sempre que se fizer necessário;
- ▶ Realizar higienização das mãos sempre que possível;
- ▶ Manter distância segura 1,5 m entre você e as outras pessoas;
- ▶ Quando for beber água deve usar recipientes individuais ou copos reutilizáveis, não sendo permitido o seu compartilhamento;





Para os clientes

- ▶ O aluno deve levar suas próprias toalhas para ajudar na manutenção da higiene dos equipamentos. Caso a academia forneça toalhas, elas devem ser descartadas pelo aluno em um recipiente com tampa e acionamento por pedal;
- ▶ Realizar higienização dos equipamentos de musculação/ginástica antes e após o uso;
- ▶ Os equipamentos pessoais que absorvem o suor, como tapete de ioga ou colchonetes, não devem ser de uso comum. Os alunos devem trazer seus próprios equipamentos, se necessário, para o treinamento. Deve ser evitado o uso de equipamentos com superfícies porosas (como alguns tipos de colchões, entre outros);



Referencial Bibliográfico

- 📄 BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria nº 1.565, de 18 de junho de 2020;
- 📄 PERNAMBUCO. Secretaria de Saúde. Protocolos Setoriais;
- 📄 SEBRAE. Portal Sebrae. Protocolos de Retomada.



PREFEITURA DE
TAQUARITINGA
DO NORTE

Em todo lugar e Trabalho sem Parar!



COVID-19 CORONAVIRUS



Para conferir mais informações, acesse:



<https://www.taquaritingadonorte.pe.gov.br/>



<https://www.facebook.com/imprensataqdonorte>



@imprensa_oficial



PREFEITURA DE
**TAQUARITINGA
DO NORTE**

Em todo lugar o Trabalho sem Parar!



PREFEITURA DE
**TAQUARITINGA
DO NORTE**

Em todo lugar é Trabalho sem Parar!

Realização:



Apoio:

