ANEXO V

PROTOCOLO SANITÁRIO – CUMPRIMENTO OBRIGATÓRIO

ATIVIDADES DE CONDICIONAMENTO FÍSICO E OUTRAS PRÁTICAS ESPORTIVAS

1

1. CONDIÇÕES GERAIS

1.1. Recomendação aos usuários que evitem os horários de pico.

1.2. Aulas, atividades e práticas coletivas devem estar condicionadas à imunização completa (após aplicação da segunda dose ou dose única de vacina) para Covid-19 de todos os participantes, sendo dispensável o uso de máscara.

1.3. Atletas, profissionais e amadores, que não estiverem com a imunização completa, deverão ser previamente testados para doença aguda por PCR e testes sorológicos para evidenciar doença pregressa, antes de iniciar os treinamentos.

1.3.1. O PCR deve ser repetido a cada 5 ou 7 dias entre os atletas.

1.4. Aqueles atletas que optaram por não se imunizar no prazo originalmente definido no calendário de vacinação local do grupo a que pertence, não poderão participar das práticas coletivas.

2. PROIBIÇÕES

2.1. Acesso de usuários em número superior à capacidade física do estabelecimento**.**

2.2. Aglomerações na entrada ou demais áreas internas**.**

2.3. Acompanhantes assistindo aos treinos, bem como torcidas e qualquer público externo.

2.4. Salas de vapor ou sauna, caso exista no estabelecimento, e locais sem renovação de ar.

3. PREVENÇÃO ÀS AGLOMERAÇÕES

3.1. Acesso limitado apenas aos atletas em treino.

3.2. Limitação da quantidade de clientes que entram na academia de acordo com a capacidade máxima calculada respeitando-se o distanciamento mínimo permitido.

4. DISTACIAMENTO ENTRE AS PESSOAS:

4.1. O espaço de exercício de cada usuário nas áreas de peso livre e nas salas de uso comum deve ser demarcado no piso, através de marcações para garantir o distanciamento mínimo de 1 metro entre os alunos.

4.2. Os equipamentos devem estar posicionados de forma que garantam o distanciamento mínimo de 1 metro entre seus usuários.

5. PREVENÇÃO AO CONTATO FÍSICO ENTRE PESSOAS, SUPERFÍCIES E OBJETOS COMPARTILHADOS

5.1. Disponibilização de álcool gel para assepsia das mãos após o uso de qualquer equipamento, inclusive leitor digital ou teclado numérico.

5.2. Disponibilização de métodos de pagamento eletrônicos, sempre que possível, para minimizar o contato.

6. MEDIDAS DE PROTEÇÃO COLETIVA:

6.1. Instalação de painel de acrílico na recepção e garantia da utilização de máscara de proteção individual por parte do funcionário da recepção.

7. PREVENÇÃO À TRASMISSÃO DIRETA

7.1. Uso obrigatório de equipamento de proteção individual (máscara de proteção) para alunos nas atividades individuais, funcionários, personal trainers e terceirizados, cobrindo boca e nariz totalmente e garantindo a troca, caso apresente sujidade ou umidade.

7.2. As máscaras devem ser utilizadas pelos alunos em todas as atividades, salvo aquáticas e atividades coletivas, retirando-a apenas quando estiver efetivamente treinando.

7.3. Recomendam-se todos os alunos trazer sua própria garrafa d'água para hidratação.

7.4. Lacrar as torneiras a jato dos bebedouros de pressão que permitem a ingestão de água diretamente, evitando que tenha contato do equipamento através da boca. Caso não seja possível, substituí-lo por outro equipamento que possibilite a retirada de água apenas em copos descartáveis.

8. HIGIENIZAÇÃO DE MÃOS

8.1. Obrigatória assepsia de mãos dos colaboradores e alunos ao adentrar no estabelecimento**.**

8.2. Disponibilização de recipientes com álcool em gel a 70%, de preferência sem contato, para uso por clientes e colaboradores em todas as áreas da academia (recepção, musculação, peso livre, salas coletivas, piscina, vestiários, etc).

8.3. Manutenção de kits de higiene abastecidos com sabonete líquido e papel toalha descartáveis em todos os lavatórios de mãos.

8.4. Manutenção de dispositivo para limpeza dos calçados na entrada da academia, por exemplo, através de tapetes ou toalhas embebidas com desinfetante.

9. HIGIENIZAÇÃO DE AMBIENTES, OBJETOS E SUPERFÍCIES DE CONTATO, COM ÁLCOOL SANITIZANTE OU OUTRO PRODUTO DESINFETANTE APROPRIADO

9.1. Nas áreas de musculação e peso livre, posicionar kits de limpeza em pontos estratégicos, contendo toalhas de papel descartáveis e produto específico de higienização, para uso em equipamentos de treino como colchonetes, halteres e máquinas, após cada utilização dos mesmos.

9.2. A higienização dos equipamentos e objetos deve ser feito antes e depois de cada cliente fazer uso.

9.3. As superfícies tocadas com mais frequência, como mesas, maçanetas, interruptores de luz, torneiras, corrimões, pias, entre outros, devem ser higienizados rotineiramente.

9.4. Higienização de pisos e banheiros com produto desinfetante antes do início das atividades a cada período: no mínimo 3 (três) vezes ao dia quando funcionamento em período regular.

9.5. Intensificação da rotina de limpeza, garantindo que todos os equipamentos sejam completamente higienizados ao menos três vezes ao dia. Durante o horário de funcionamento da academia, fechar cada área ao menos três vezes ao dia por, pelo menos 30 minutos, para limpeza dos equipamentos e desinfecção dos ambientes.

9.6. Garantir toalhas para manutenção da higiene dos equipamentos.

9.6.1. Devem ser de uso individual e descartadas em um recipiente com tampa e acionamento por pedal.

10. ATIVIDADES EM PISCINA:

10.1. Realização das atividades individualmente e com distanciamento mínimo de 1,5 metro entre cada usuário.

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

10.3. Exigência de uso de chinelos por clientes e colaboradores e, manutenção de dispositivo para limpeza deles antes da entrada da área da piscina.

10.4. Disponibilização, na área da piscina, de suportes para que cada cliente possa pendurar sua toalha de forma individual.

10.5. Higienização das escadas, balizas e bordas da piscina após o término de cada aula.

10.6. Manutenção de criterioso controle e registro quanto à higienização da água das piscinas.

11. GARANTIR VENTILAÇÃO DO AMBIENTE:

11.1. A renovação de ar deve ser preferencialmente com ventilação natural (através de aberturas – janelas – voltadas para área externa) concomitante com a diminuição de pessoas por m^2 de área do local.

11.2. Manutenção de sistemas mecânicos de ventilação e de climatização limpos, implantando Plano de Manutenção, Operação e Controle, registrando os procedimentos realizados, conforme protocolo sanitário geral.