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, exceto crianças menores de 12 anos.

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

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

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

3. MEDIDAS DE PROTEÇÃO COLETIVA:

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

4. PREVENÇÃO À TRASMISSÃO DIRETA

4.1. 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.

4.2. As máscaras devem ser utilizadas pelos alunos em todas as atividades, salvo quando estiver efetivamente treinando e houver o distanciamento mínimo de 1 metro entre as pessoas.

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

4.4. 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.

5. HIGIENIZAÇÃO DE MÃOS

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

5.2. 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).

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

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

6.1. 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.

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

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

6.4. 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.

6.5. Intensificação da rotina de limpeza, garantindo que todos os equipamentos sejam completamente higienizados periodicamente.

6.6. Garantir toalhas para manutenção da higiene dos equipamentos.

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

7. ATIVIDADES EM PISCINA:

7.1. Realização das atividades com distanciamento mínimo de 1 metro entre cada usuário.

7.2. 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.

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

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

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

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

8. GARANTIR VENTILAÇÃO DO AMBIENTE:

8.1. A renovação de ar deve ser preferencialmente com ventilação natural (através de aberturas – janelas – voltadas para área externa).

8.2. 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.