NOTA TÉCNICA nº 003/2020

A Secretaria Municipal de Saúde de São José do Rio Preto, por meio de nota técnica, vem orientar os praticantes de atividades físicas, assim como as academias, estúdios e afins que promovem a prática de exercícios, a respeito de medidas a serem tomadas com intuito de prevenção ao Coronavírus (COVID-19):

1. Recomenda-se que os praticantes de atividades físicas não frequentem temporariamente academias, ou atividades em grupo, com finalidade de condicionamento físico. Recomendamos que a prática seja adotada de forma individual, em ambiente arejado e sem o manuseio de equipamentos utilizados por outras pessoas, sem a adequada higienização posterior ao uso;

2. Os idosos devem permanecer em suas residências. O profissional de educação física poderá prescrever exercícios físicos para serem praticados em suas residências;

3. As academias devem realizar higienização periódica e constante nos equipamentos, mantendo álcool gel à disposição para higienização de seus clientes;

4. É obrigatório que as academias e os profissionais de educação física orientem seus alunos/clientes a higienizarem as mãos ao mudarem de estação ou de equipamento utilizado, mitigando a transmissão do vírus;

5. As atividades físicas de reabilitação e preservação de condicionamento respiratório devem ser mantidas. Cabe às academias ou profissionais de educação física fazer a orientação da higienização conforme o item 4. Se possível, estas atividades devem ser realizadas em casa.

São José do Rio Preto, 18 de março de 2020.

_____

Aldenis Albaneze Borim

Secretário Municipal de Saúde