

# Protocolos de Reabertura

**Protocolo Setorial 15 – Prática e Assessorias de Atividades Físicas Individuais em academias, clubes e estabelecimentos similares**



GOVERNO DO  
ESTADO DO CEARÁ

# PROTÓCOLOS SETORIAIS

## **Protocolo Setorial 15 – Prática e Assessorias de Atividades Físicas Individuais em academias, clubes e estabelecimentos similares**

### **1. NORMAS GERAIS**

1.1. Para todos os municípios do Estado, está liberada a prática de assessoria esportiva por atendimento virtual, desde que a realização das atividades físicas ocorram em respeito aos decretos estaduais e municipais vigentes.

1.2. Para os municípios incluídos na Fase 2 em diante está liberada a prática de atividades físicas individuais em ambientes privativos, não comerciais, abertos ao ar livre (sem cobertura) com controle de acesso, desde que seguindo os protocolos geral e este setorial e com a prévia autorização do gestor do espaço. Desde que observadas as medidas previstas no Protocolo Geral e neste Setorial, é ainda permitida a prática de tênis na modalidade individual.

# PROTOSCOLOS SETORIALS

1.3. Os serviços de assessorias esportivas deverão ser realizados por profissional responsável, devidamente credenciado no Conselho Regional de Educação Física – CREF ou por empresas legalmente constituídas. É vedada a prática de qualquer modalidade que gere contato físico entre os praticantes a qualquer instante. Os praticantes de atividades físicas devem manter distância mínima de 5 metros de outros praticantes e o uso de máscara durante todo o período de exercício.

1.4. Os espaços privados deverão ser adaptados para garantir o cumprimento de todos os termos deste protocolo desde a chegada dos praticantes, tempo de espera, realização dos exercícios e saída, em especial quanto aos layout e sinalizações de distanciamentos mínimos e procedimentos de higienização.

1.5. Para os municípios incluídos na Fase 4 em diante, está liberada a prática esportiva individual, bem como os serviços de assessorias esportivas, desde que as atividades físicas assessoradas sejam individuais, praticadas em ambiente privado, com controle de acesso, comerciais ou não, ao ar livre ou cobertos, respeitando os protocolos geral e este setorial.

\* Para os municípios incluídos na Fase 4, adicionalmente aos termos deste item, devem ser observadas as obrigações estabelecidas no decreto estadual vigente, que pode ser mais restritivo do que o aqui indicado.

[\*] – item incluído ou modificado nos protocolos em relação ao decreto anterior.

# PROTOSCOLOS SETORIALS

1.6. Para os municípios incluídos na Fase 4 e respeitando o observado no item 1.5 deste Protocolo Setorial, as atividades físicas em academias, clubes e estabelecimentos similares deverão respeitar a densidade de pessoas simultaneamente presentes no estabelecimento desde que restrito a 30% da capacidade de atendimento e a 1 (uma) pessoa a cada 12 (doze) metros quadrados.

1.7. Para os demais municípios não incluídos na Fase 4, é vedada a prática de atividades físicas em instalações comerciais cobertas ou climatização fechada.

1.8. Permanecem vedadas as competições ou eventos esportivos.

1.9. Restringir o atendimento apenas por agendamentos de horários para preservar o distanciamento social.

1.10. Possuir o local de atividades físicas disponível pia, sabão, papel toalha e álcool em gel 70%.

1.11. A prática esportiva deverá sempre evitar pelotões e aglomerações.

# PROTOSCOLOS SETORIALS

1.12. É de responsabilidade do profissional de educação e do responsável pela assessoria esportiva garantir o cumprimento de todas as medidas de biossegurança por parte de todos os praticantes durante todo o período de permanência no local para atividade.

1.13. Limitar o tempo máximo de permanência dos praticantes a até 1 (uma) hora para a realização de atividades físicas.

1.14. Orientar aos alunos a só permanecerem no local pelo período de atividade física agendada. Programar sua chegada para um curto tempo de espera até o horário agendado e um curto período entre o fim da atividade física e a saída do estabelecimento.

1.15. Orientar os alunos quanto às boas práticas de conduta para evitar a COVID-19, como aglomerações, conversas e movimentos exagerados e desnecessários. Orientar ainda os alunos a, se possível, instalar e cadastrar-se no aplicativo CEARÁ APP, disponível gratuitamente no site [www.ceara.gov.br/aplicativo](http://www.ceara.gov.br/aplicativo), com o intuito de permitir rastreabilidade sobre casos de suspeitas de contágio da doença.

# PROTÓCOLOS SETORIAIS

1.16. Os pagamentos deverão, preferencialmente, ser realizados por métodos eletrônicos (aplicativos, cartão etc.), desde que obedecida à distância do funcionário do caixa e clientes, evitando o contato direto. As máquinas de pagamento com cartão devem ser envelopadas com filme plástico e higienizadas com álcool 70% a cada uso. Caso o pagamento seja feito em dinheiro, deve-se colocar o troco dentro de um saquinho plástico para não haver o contato físico.

## **2. TRANSPORTE E TURNOS**

2.1. Recomenda-se a utilização de veículos próprios pelos profissionais de Assessorias Esportivas, de Educação Física e pelos alunos para realizarem seus trajetos de ida e retorno ao local da prática de atividade física, devendo ser evitado o uso do transporte público coletivo após a prática esportiva, tampouco a prática de caronas entre pessoas de mesma residência em qualquer situação

# PROTOSCOLOS SETORIALS

2.2. Reforçar higienização dos veículos próprios com preparações alcoólicas 70%, desinfetando, principalmente, os assentos, o volante, a manopla, o freio de mão, os porta-copos, os cintos de segurança, os puxadores externos e internos das portas, entre outros.

2.3. Em caso do uso de espaços ao ar livre de instituições empresas em operação (shopping centers, por exemplo), o horário de funcionamento das assessorias esportivas deverá ser distinto ao horário de funcionamento do estabelecimento com um lapso temporal de pelo menos uma hora entre o fim e o início, e o início e fim das operações do estabelecimento e da prática de assessoria.

## 3. EPI'S

3.1. Os Profissionais de Educação Física e os praticantes devem usar máscara, preferencialmente de tecido ou tnt (tecido não tecido), obrigatoriamente durante todo o atendimento e atividades físicas realizadas. A mesma deverá ser trocada a cada 2h (duas horas) ou quando estiver molhada ou com sujidade. Todas as pessoas devem seguir as boas práticas de uso, remoção e descarte, assim como higienizar adequadamente as mãos antes e após a remoção, combinando com outras medidas de proteção e higienização.

# PROTÓCOLOS SETORIAIS

## 4. SAÚDE DOS PROFISSIONAIS E PRATICANTES

4.1. Realizar a aferição de temperatura corporal na entrada do local para os colaboradores e clientes, mediante a utilização de termômetro infravermelho. Caso estes não se encontrem com a temperatura corporal dentro da normalidade, igual ou inferior a 37,5°C, deverão ter a entrada recusada e deverão ser orientados a procurar atendimento médico.

4.2. Assegurar procedimento de entrevista, podendo ser por meio digital, sobre a condição sintomática de cada aluno a cada momento de agendamento de aula. Caso o aluno apresentar algum sintoma atribuído à Covid-19, o agendamento deve ser proibido.

4.3. Orientar os alunos a assinarem Autodeclaração de Condição Assintomática no momento da chegada.

4.4. Os praticantes e colaboradores pertencentes ao grupo de risco ficarão proibidos de frequentar os locais de prestação de atividades físicas, até ulterior ordem, quais sejam: pessoas que apresentem sintomas relacionados à COVID-19 (febre, tosse, dor de garganta e/ou falta de ar); portadores de imunodeficiência de qualquer espécie; transplantados; portadores de demais comorbidades.

# PROTÓCOLOS SETORIAIS

4.5. Sempre que possível, deverão ser suspensos os controles de acesso que exijam contato manual dos colaboradores e usuários, tais como controle biométrico de ponto e catracas com leitura de digitais. Na impossibilidade de tal medida, disponibilizar ao lado preparação alcoólica a 70% para higiene das mãos

## **5. CONDIÇÕES SANITÁRIAS**

5.1. Demarcar o espaço em que cada cliente deve se exercitar nas áreas de peso livre, respeitando ao distanciamento mínimo de 2 (dois) metros.

5.2. Disponibilizar locais para a lavagem adequada das mãos providos de pia, água, sabão líquido, papel toalha, lixeiras com tampa com acionamento por pedal e garantir o acesso de pontos de higienização providos com material de limpeza e desinfecção, como soluções alcoólicas a 70%, solução de hipoclorito de sódio e outros sanitizantes, para uso pessoal em quantidade por todo o período de atividades físicas e de turno de trabalho.

# PROTÓCOLOS SETORIAIS

5.3. Evitar contato físico com superfícies em locais de uso comum, reforçando a higienização das mãos com água e sabão e/ou utilização de preparações alcoólicas 70%, após contato físico em bens de uso comum como bancos, corrimãos etc. Manter e reabastecer dispensadores com soluções alcoólicas a 70% para a higiene das mãos (sob as formas gel, spray ou espuma).

5.4. É vedado o contato físico do Profissional de Educação Física com o aluno/cliente.

5.5. É proibido o compartilhamento de materiais entre praticantes em uma mesma sessão de atividade física. É proibido os exercícios que envolvam lançamentos de objetos entre alunos, que caracterize um compartilhamento de material.

5.6. É obrigatório que cada aluno utilize seus objetos de uso pessoal tais como: garrafa de água, uma toalha ou lenço, caso haja necessidade, não sendo recomendada a compra de bebidas e alimentos durante a prática esportiva.

5.7. As Assessorias Esportivas e profissionais de Educação Física devem disponibilizar álcool em gel 70% e papel toalha, lenços descartáveis e/ ou outros materiais adequados para os clientes.

# PROTÓCOLOS SETORIAIS

5.8. É responsabilidade mútua do profissional e do usuário o recolhimento e a higienização dos materiais a serem usados nas aulas, sendo recomendado ao professor limitar o uso de equipamentos nas aulas, como alvos, fitas suspensas, cones dentre outros. Sempre que for necessária a utilização de materiais para a prática de atividades físicas, este deve ser obrigatoriamente higienizado pelo usuário ao início e ao término da atividade. O profissional de educação física deve ser corresponsável para assegurar o cumprimento desta rotina de higienização.

5.9. É permitido o uso de bebedouros apenas com “torneiras válvulas copo”, para uso exclusivo de reposição de água nas garrafinhas individuais. Os usuários deverão higienizar as mãos antes e após de cada uso do bebedouro.

5.10. Afixar comunicações como cartilhas, placas, cartazes ou outros meios, sobre evitar contatos muito próximos, como abraços, beijos e apertos de mão, entre outros e avisos referentes às regras de etiqueta respiratória, higienização das mãos e protocolos existentes no local.

# PROTÓCOLOS SETORIAIS

5.11. Estabelecer uso obrigatório ou disponibilização de limpa sapato, higienizadora de calçados, tapete de Hipoclorito de sódio a 2% para higienização e desinfecção de sapatos na entrada do estabelecimento e das estações de atividades físicas.

5.12. No caso de pisos permeáveis, utilizar Hipoclorito de sódio a 2% ou outro sanitizante liberado pela ANVISA para higienização a cada fim de aula. A assessoria deve elaborar plano de higienização de pisos e materiais a cada nova aula a ser realizado por colaborador do estabelecimento devidamente treinado.

5.13. Proibir o revezamento de equipamentos e compartilhamento de materiais, devendo estes serem higienizados após o uso. No caso da utilização de colchonetes, os profissionais deverão atentar também para os procedimentos de higienização.

5.14. Recomenda-se que os alunos devam chegar ao local já com as vestimentas para realização das atividades. O estabelecimento deve orientar quanto ao uso do banheiro para higienização das mãos, necessidades fisiológicas e utilização para banho e troca de roupas, sendo permitido no máximo de 30% da capacidade desse ambiente com box individuais e /ou a utilização de barreiras físicas entre os mesmos.

(\*) – item incluído ou modificado nos protocolos em relação ao decreto anterior.

# PROTÓCOLOS SETORIAIS

5.15. Garantir o cumprimento da legislação e orientações dos fabricantes referentes às manutenções e higienização dos equipamentos e sistemas de ar condicionado bem como ampliar a renovação de ar do estabelecimento. Fazer a troca mensal dos filtros de ar, realizar limpeza semanal de bandejas e usar pastilhas sanitizantes em todas as badejas. A equipe de manutenção deverá realizar vistorias periódicas nos equipamentos e sistemas de ar condicionado dos ambientes para monitoramento e reforçar as ações de limpeza e desinfecção.

5.16. Os armários disponibilizados para os clientes para guarda-volumes podem ser utilizados de forma alternada, reduzindo a disponibilização em 30%.

5.17. Nos estabelecimentos que dispuserem de piscinas, garantir que as mesmas utilizem sistema adequado de filtragem, incluindo a garantia do nível de cloro igual ou superior a 0,8 a 3 mg/litro e PH entre 7,2 a 7,8 em cada piscina. O monitoramento deverá ser realizado a cada 4 horas.



# GOVERNO DO ESTADO DO CEARÁ