

		<b>Procedimento Operacional Padrão RECOMENDAÇÕES PARA RETORNO DAS AULAS PRÁTICAS EM ACADEMIAS DE ESPORTES PÓS COVID-19</b>	Padrão Nº: EDF. 001
<b>Nome da Tarefa: RECOMENDAÇÕES PARA RETORNO DAS AULAS PRÁTICAS EM ACADEMIAS DE ESPORTES PÓS COVID-19</b>  <b>Processo: Atendimento ao Decreto nº 14.782, de 07 de agosto de 2020, a Prefeitura Municipal de Taubaté, sob as orientações da Vigilância Sanitária, estabeleceu o Protocolo de Recomendações para o funcionamento das Academias de Esportes e similares (<a href="https://www.taubate.sp.gov.br/wp-content/uploads/2020/08/protocolo_academias.pdf">https://www.taubate.sp.gov.br/wp-content/uploads/2020/08/protocolo_academias.pdf</a>).</b>			Estabelecida em: 16/09/2020  Revisado em:  Nº da Revisão: 000
<p><b>Atividades Críticas:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. Responsabilidades da Universidade de Taubaté e Departamento de Educação Física:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Antes de entrar nas dependências do estabelecimento, todos deverão sujeitar-se à medição de temperatura, sendo considerados de suspeitos de portarem COVID-19 aqueles que apresentarem temperatura acima de 37,8C;</li> <li>• Submeter todos os ambientes do estabelecimento a um intenso processo de desinfecção prévia;</li> <li>• Reduzir a densidade ocupacional, limitada a ocupação interna dos estabelecimentos a 30% de sua capacidade máxima;</li> <li>• Realizar marcações no piso dos corredores e demais áreas de circulação com setas indicativas e demarcar áreas isoladas visando o necessário distanciamento de 1,5 m;</li> <li>• Orientar que os alunos aguardem o horário da aula em áreas que tenham marcação de distanciamento de 1,5 m no piso;</li> <li>• Suspender a utilização dos chuveiros de vestiários, mantendo apenas banheiros abertos;</li> <li>• Disponibilizar, próximo à entrada da piscina, recipiente de álcool em gel 70% para que os alunos usem antes de tocar na escada ou nas bordas da piscina;</li> <li>• Disponibilizar, na área da piscina, suportes para que cada aluno possa pendurar sua toalha de forma individual;</li> <li>• Todos são responsáveis pelos procedimentos de higienização dos equipamentos e objetos que utilizarem, principalmente fora dos turnos de atuação da equipe de limpeza;</li> <li>• Deverá ser feito fechamento sistemático (três vezes ao dia) para higienização mais apurada dos ambientes com horário fixo e registrado em protocolo;</li> <li>• Para os salões, posicionar kits de limpeza em pontos estratégicos das áreas de musculação e peso livre, para que os alunos higienizem os equipamentos (colchonetes, halteres e máquinas) com produto específico para esse fim;</li> <li>• A limpeza concorrente deverá acontecer diariamente após término das aulas.</li> </ul> </li> <li><b>2. Responsabilidades dos Professores</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Disponibilizar escala e cronograma das aulas;</li> <li>• Não permitir aglomerações em nenhuma hipótese, adotando-se essa normativa como princípio geral em todas as atividades do estabelecimento;</li> <li>• É proibido contato físico durante a aula, mesmo que seja para orientação;</li> <li>• É expressamente proibida qualquer forma de treinamento que envolva contato, em pé ou no solo;</li> <li>• Utilizar apenas 50% dos aparelhos de cárdio, ou seja, deixar o espaçamento de um equipamento sem uso para o outro;</li> <li>• Dividir a piscina em salas de aula com separação por raias, de acordo com o nível de aprendizagem da turma;</li> <li>• Exigir o uso de chinelos por alunos e colaboradores e ter dispositivo para limpeza deles antes da entrada da área da piscina;</li> <li>• Evitar usar materiais como nadadeiras, pranchas e palmares (na piscina);</li> <li>• Não serão permitidos acompanhantes no local, e tampouco alunos fora do horário da aula;</li> <li>• O recolhimento das bolas deverá ser feita por uma única pessoa, seja ela professor ou aluno responsável;</li> <li>• É desejável a lavagem de mãos com água e sabão ou álcool gel 70% sempre que possível, e obrigatória quando em contato com superfícies em todas as entradas e saídas das áreas do <i>Campus</i> e utilização de materiais e aparelhos;</li> <li>• A hidratação será individual, os bebedouros ficarão desativados e sugere-se que levem a sua própria hidratação;</li> <li>• Os professores deverão vir vestidos com seus respectivos uniformes/roupa para a prática, afim de não compartilhar vestiários;</li> <li>• Evitar o uso de adornos, como anéis, brincos, pulseiras, gargantilhas, relógios e colares, bem como o uso de celular;</li> <li>• Os uniformes/roupas para a prática são de uso único e pessoal (exigir lavagem e desinfecção após cada aula apresentarem-se limpos e passados a cada aula);</li> <li>• Outros equipamentos ou acessórios de treinos, como luvas, caneleiras, protetor de peito, tórax e bucal não poderão ser compartilhados e deverão ser higienizados a cada treino pelo próprio usuário;</li> <li>• Os equipamentos deverão ser higienizados em todo término de aula;</li> <li>• O tatame e ou colchonetes/colchões deverão ser higienizados antes de iniciar cada aula;</li> <li>• Em quadras: manter os pertences no seu mesmo lado da quadra e as bolas deverá ter uso individual;</li> </ul> </li> </ol>			

- Todos são responsáveis pelos procedimentos de higienização dos equipamentos e objetos que utilizarem, principalmente fora dos turnos de atuação da equipe de limpeza;
- Sempre que possível, manter portas e janelas abertas, privilegiando a ventilação natural e minimizando o manuseio de maçanetas e fechaduras;

### 3. Responsabilidades dos alunos que participarão das aulas

- Responder a anamnese previa (anexo I), caso resposta seja positiva, serão considerados suspeitos de portar COVID-19, não devem entrar no estabelecimento e aconselhados a manter-se em quarentena ou, a depender da gravidade, procurar auxílio médico imediatamente;
- Atender a escala das aulas práticas;
- Trocar a máscara utilizada no deslocamento;
- Uso de máscara de pano obrigatório;
- É desejável a lavagem de mãos com água e sabão ou álcool gel 70% sempre que possível, e obrigatória quando em contato com superfícies em todas as entradas e saídas das áreas do *Campus* e utilização de materiais e aparelhos;
- A hidratação será individual, os bebedouros ficarão desativados e sugere-se que os alunos levem a sua própria hidratação;
- Os alunos deverão vir vestidos com seus respectivos uniformes/roupa para a prática, afim de não compartilhar vestiários;
- Uso obrigatório de chinelos e limpeza adequada deles antes da entrada da área da piscina;
- Todos são responsáveis pelos procedimentos de higienização dos equipamentos e objetos que utilizarem, principalmente fora dos turnos de atuação da equipe de limpeza;
- Sempre que possível, manter portas e janelas abertas, privilegiando a ventilação natural e minimizando o manuseio de maçanetas e fechaduras;
- Trazer de casa os equipamentos de uso pessoal;
- Jamais compartilhar máscaras, luvas e outros equipamentos de proteção;
- Também está vedado o compartilhamento de objetos e utensílios de uso pessoal, a exemplo de copos descartáveis, fones e aparelhos de telefone;
- Seguir as seguintes medidas de segurança fora do ambiente da Universidade:
  - Não realizar o trajeto de uniformes/roupa para a prática, evitando a contaminação dos colegas de trabalho;
  - Trocar a máscara utilizada no deslocamento;
  - Lavar e trocar os uniformes/roupa para a prática diariamente e levá-los ao local da prática protegidos em saco plástico ou outra proteção adequada;
  - Os cuidados para evitar a contaminação cruzada dos uniformes/roupa para a prática devem ser tomados.

## ANEXO I

### ANAMNESE PRÉVIA

Nos últimos 14 dias, você ou alguém de seu convívio:

- 1) Esteve em contato com alguém com diagnóstico de COVID-19?  Sim  Não
- 2) Esteve em contato com alguém que teve febre ou problemas respiratórios?  Sim  Não
- 3) Teve febre?  Sim  Não
- 4) Teve tosse seca?  Sim  Não
- 5) Teve dificuldades de respirar?  Sim  Não
- 6) Sentiu alguma alteração no gosto (paladar) ou no cheiro (olfato)?  Sim  Não
- 7) Apresentou dor de cabeça intensa?  Sim  Não
- 8) Apresentou algum desarranjo intestinal?  Sim  Não
- 9) Esteve em um hospital como paciente ou acompanhante?  Sim  Não

<p>Elaborado por: Profa. Ma Maria Angela Petrini</p> <p><i>Maria Angela Petrini</i></p>	<p>Revisado por: Profa.ª Dra. Teresa Celia de Mattos Moraes dos Santos e Comissão Covid-19-PRA</p>	<p>Aprovado: Diretor da Unidade de Ensino Educação Física</p>
---	--	---