



Protocolos específicos – COVID-19

Atividades esportivas coletivas

Atualizado em 18/09/2020

Versão: 01

Introdução

Este protocolo é um complemento das medidas de proteção mínimas que deverão ser observadas e cumpridas especialmente para realização das práticas esportivas coletivas amadoras compreendendo as modalidades de esportes não profissionais, que podem ser praticadas em locais que possuem ou não Alvará de Funcionamento expedido pela Prefeitura Municipal, visando à prevenção, o controle e a mitigação dos riscos de transmissão da COVID-19, de forma a contribuir para a preservação da segurança e da saúde da população e da saúde do trabalhador.

1- Medidas Gerais

- 1.1-** Os alunos e atletas deverão assinar um Termo de Ciência e Consentimento no qual os mesmos se comprometem a cumprir integralmente as regras de higiene e de distanciamento social, mesmo fora do local das aulas/treinos. O modelo deste documento será disponibilizado no site da Prefeitura Municipal de Varginha.
- 1.2-** Antes de reabrirem, todos os locais deverão realizar as adaptações temporárias necessárias para fazer respeitar o distanciamento de segurança, bem como as medidas de prevenção de contágio da COVID-19, a fim de reforçar a segurança dos alunos/atletas e trabalhadores.
- 1.3-** Priorizar treinos esportivos sem contato físico, possibilitando a manutenção do espaçamento de pelo menos 2,0 m entre os atletas.
- 1.4-** Os treinos devem ter duração máxima de 60 minutos com 30 minutos de intervalo, podendo este ser reduzido em até 15 minutos.



PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGINHA

Secretaria Municipal de Saúde

Setor de Vigilância Sanitária

Alameda do Café, 202 – Jardim Andere

Tel: 3690-2204/2208 – e-mail: vigilanciasanitaria@varginha.mg.gov.br

- 1.5- Escalonar os horários das aulas/treinos com intervalos mínimos de 30 minutos ou 15 minutos, a fim de preservar o distanciamento mínimo obrigatório entre as pessoas, evitar o cruzamento e aglomeração de alunos/atletas e propiciar uma higienização adequada dos ambientes, mobiliários e utensílios.
- 1.6- O estabelecimento deve organizar grupos de usuários para cada horário. Este grupo deve iniciar e finalizar as atividades no mesmo espaço de tempo.
- 1.7- Manter registro dos grupos de usuários por cada horário, na forma de lista de presença, a fim de facilitar o processo de monitoramento epidemiológico.
- 1.8- Evitar e não promover qualquer prática no estabelecimento que incentive a aglomeração de pessoas.
- 1.9- Não permitir que alunos/atletas do grupo de risco frequentem as aulas/treinos, exceto por recomendação médica expressa, devendo neste caso, reservar horário especial e exclusivo.
- 1.10- Não permitir a permanência de acompanhantes, a menos que a presença seja necessária.
- 1.11- Promover, orientar e fiscalizar o uso obrigatório de máscara de proteção facial, com ênfase na correta utilização, troca, higienização e descarte, exceto para a realização de esportes que não permitem o uso, como a natação. O uso da máscara poderá ser dispensado para a prática de tênis de quadra, quando em ambientes abertos, de forma individual e em estabelecimentos que possuem Alvará de Localização e Funcionamento.
- 1.12- Os alunos/atletas só devem iniciar as aulas/treinos após a higiene adequada das mãos e dos ambientes.
- 1.13- Manter abertas todas as portas e janelas dos ambientes, quando cabível, privilegiando a ventilação natural.
- 1.14- Os vestiários, quando existentes, não devem ser utilizados para banhos e trocas de roupa, mas apenas para uso dos sanitários e do lavatório de higienização das mãos. As áreas de banho dos vestiários devem ser isoladas para impossibilitar o uso.
- 1.15- Todos os sanitários e pontos onde houverem lavatórios devem possuir sabonete líquido, papel toalha em suporte fechado e lixeira com tampa acionada sem o contato das mãos.



PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGINHA

Secretaria Municipal de Saúde

Setor de Vigilância Sanitária

Alameda do Café, 202 – Jardim Andere

Tel: 3690-2204/2208 – e-mail: vigilanciasanitaria@varginha.mg.gov.br

- 1.16- O número de pessoas dentro dos vestiários, quando existentes, deve ser criteriosamente monitorado para que o distanciamento seja efetivamente praticado. Priorizar a utilização individual, quando possível.
- 1.17- Intensificar a limpeza e desinfecção dos sanitários e das áreas comuns.
- 1.18- Recomenda-se ao aluno/atleta não levar mochilas e/ou acessórios que demandem cuidados, com exceção de garrafas de água ou *squeezes*.
- 1.19- Não utilizar guarda volumes nem outros locais onde pode ocorrer estímulo à aglomeração de pessoas.
- 1.20- Não permitir o uso de áreas de convivência, como espaços *kids*, salas de espera, áreas *gourmets*, etc.
- 1.21- Demarcar o piso dos espaços físicos de forma a facilitar o cumprimento das medidas de distanciamento social.
- 1.22- Os horários das aulas e treinos deverão ser previamente agendados.
- 1.23- Priorizar o não compartilhamento de equipamentos e utensílios durante a prática dos esportes.
- 1.24- Adotar rotinas regulares de orientação de alunos/atletas e trabalhadores sobre medidas de prevenção, monitoramento e controle de transmissão do novo coronavírus – COVID – 19, com ênfase na adequada higienização das mãos e de objetos, na manutenção da etiqueta respiratória e no respeito ao distanciamento social seguro.
- 1.25- Prover treinamento específico e devidamente documentado sobre a limpeza e desinfecção adequadas de materiais, superfícies e ambiente aos trabalhadores responsáveis pela limpeza.
- 1.26- A equipe de limpeza deverá fazer uso dos EPI's, conforme documento relacionado a saúde do trabalhador.
- 1.27- Higienizar, entre um uso e outro, durante o período de funcionamento e antes do início das atividades, as superfícies de toque mais frequentes (equipamentos, aparelhos, escadas, barras laterais etc.), com desinfetante apropriado (álcool 70%, água sanitária, etc).
- 1.28- É responsabilidade do estabelecimento fornecer álcool 70% ou outras substâncias sanitizantes, bem como orientar os usuários quanto à sua utilização.



PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGINHA

Secretaria Municipal de Saúde

Setor de Vigilância Sanitária

Alameda do Café, 202 – Jardim Andere

Tel: 3690-2204/2208 – e-mail: vigilanciasanitaria@varginha.mg.gov.br

- 1.29- Deve ser disponibilizado álcool gel 70% em pontos estratégicos e de fácil acesso, com especial atenção aos locais próximos às entradas, saídas, sanitários, etc.
- 1.30- Os bebedouros do tipo jato inclinado, quando existentes, devem ser adaptados de modo que somente seja possível o consumo de água com o uso de copo descartável ou através de garrafas individuais.
- 1.31- Realizar busca ativa diária dos trabalhadores/alunos/atletas com sintomas relacionados a COVID – 19, implementando medidas de triagem antes da entrada no local onde será realizado o treino, como aferição de temperatura corporal e aplicação de questionários, de forma a impedir que pessoas com aumento da temperatura e outros sintomas relacionados a COVID-19 não participem das aulas/treinos.
- 1.32- Alunos/atletas e funcionários que tenham contato ou convívio com casos suspeitos ou confirmados de COVID-19 não devem frequentar o estabelecimento, mesmo que estejam assintomáticos.
- 1.33- Devem ser disponibilizados cartazes com as regras de funcionamento e as restrições sanitárias adotadas, em local visível e de fácil acesso.
- 1.34- Evitar o contato físico entre os treinadores e alunos/atletas.

2- Protocolos específicos por agrupamento esportivo

2.1- Natação e similares

- 2.1.1- A natação e similares só serão permitidos como prática de esporte, quando houver assistência direta de profissionais, ficando vedada portanto, a utilização de piscinas em clubes, hotéis e afins com a finalidade de lazer.
- 2.1.2- As piscinas devem ser utilizadas de forma a permitir um distanciamento adequado de no mínimo 1,5m entre os praticantes. Sendo assim, o número de alunos/atletas irá depender do tamanho da piscina.
- 2.1.3- Não disponibilizar aos alunos/atletas equipamentos que sejam porosos ou cuja superfície não seja impermeável.



PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGINHA

Secretaria Municipal de Saúde

Setor de Vigilância Sanitária

Alameda do Café, 202 – Jardim Andere

Tel: 3690-2204/2208 – e-mail: vigilanciasanitaria@varginha.mg.gov.br

- 2.1.4- Os funcionários e alunos/atletas devem utilizar máscaras, sendo que estes somente devem retirá-las durante as aulas;
- 2.1.5- Incentivar o uso de chinelos, mesmo nos ambientes próximos à piscina;
- 2.1.6- Disponibilizar, próximo à piscina, suportes para que os alunos possam pendurar suas toalhas, que devem ser de uso individual; os suportes devem estar a pelo menos 1,5 metros de distância uns dos outros.
- 2.1.7- Manter o tratamento químico e as condições higiênicas da água da piscina, conforme definido no Artigo 138 da lei municipal n.º 2.990 de 1998 (Código Sanitário do Município de Varginha) e outras Normas Regulamentadoras.
- 2.1.8- Após o término de cada aula, higienizar as escadas, balizas e bordas da piscina, etc.
- 2.1.9- Excepcionalmente, para o uso das piscinas, os vestiários poderão ser utilizados para trocas de roupas molhadas por roupas secas; a ida aos vestiários deve respeitar as regras de distanciamento social e controle de acesso.

2.2- Futebol, Vôlei, Basquete, Tênis, Handbol e similares

- 2.2.1- Priorizar as aulas/treinos de condicionamento físico que não exijam contato próximo com outros alunos/atletas.
- 2.2.2- As aulas/treinamentos devem ser restritos aos alunos/atletas necessários para composição da equipe mínima específica de cada esporte, ficando garantida a substituição de até 3 atletas por equipe, os quais poderão permanecer em bancos de reserva devidamente sinalizados para garantir 1,5m de distanciamento social.
- 2.2.3- A cada período de aula/treino concluído, deverá haver uma parada de 30 minutos, a qual deverá ser dedicada à realização de limpeza geral, incluindo, bolas, equipamentos, objetos de treino, bebedouros e outros, ficando proibido o cruzamento de alunos/atletas de uma aula/treino com os dos outros períodos.



PREFEITURA MUNICIPAL DE VARGINHA

Secretaria Municipal de Saúde

Setor de Vigilância Sanitária

Alameda do Café, 202 – Jardim Andere

Tel: 3690-2204/2208 – e-mail: vigilanciasanitaria@varginha.mg.gov.br

- 2.2.4-** Todos os envolvidos na prática do esporte devem utilizar máscara de proteção facial. O uso da máscara poderá ser dispensado para a prática de tênis de quadra, quando em ambientes abertos, de forma individual e em estabelecimentos que possuem Alvará de Localização e Funcionamento. Disponibilizar na beirada do campo, quadra, etc, álcool gel 70% ou álcool líquido 70% em frascos com dispensadores. Cada qual separados a distância de 1,5 metros um do outro.
- 2.2.5-** Fica proibido o uso de garrafas de hidratação coletiva.
- 2.2.6-** As vestimentas que por ventura forem utilizadas nos treinos, deverão ser colocadas e retiradas na residência do aluno/atleta, não devendo ser compartilhadas.
- 2.2.7-** Suspender a roda de confraternização e aquecimento pré e pós jogo.
- 2.2.8-** Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida e, após o uso, fazer a devida higienização.

OBS.: Estas medidas não desabonam o estabelecimento do cumprimento das legislações sanitárias aplicáveis.