

NOTA TÉCNICA SMS/VISA/ Nº 02/2020

**RECOMENDAÇÕES PARA A PREVENÇÃO E O
CONTROLE DE INFECÇÕES PELO NOVO
CORONAVÍRUS (SARS-COV-2), DESTINADA ÀS
EMPRESAS QUE REALIZAM ATIVIDADES DE
CONDICIONAMENTO FÍSICO.**

(18/05/2020)

I. INTRODUÇÃO

As medidas de prevenção e controle de infecção devem ser implementadas pelas empresas que realizam atividades de condicionamento físico e que protocolaram solicitação de autorização para funcionamento, a fim de evitar ou reduzir ao máximo a transmissão de microrganismos durante o funcionamento a ser realizada como medidas de prevenção da COVID-19. Essas orientações podem ser refinadas e atualizadas à medida que mais informações estiverem disponíveis, já que se trata de um microrganismo novo no mundo.

O novo coronavírus (SARS-CoV-2) é um vírus identificado como a causa de um surto de doença respiratória detectado pela primeira vez em Wuhan, China. No início, muitos dos pacientes do surto na China, teriam algum vínculo com um grande mercado de frutos do mar e animais, sugerindo a disseminação de animais para pessoas.

No entanto, um número crescente de pacientes supostamente não teve exposição ao mercado de animais, indicando a ocorrência de disseminação de pessoa para pessoa. Atualmente, já está bem definido que esse vírus possui uma alta e sustentada transmissibilidade entre as pessoas.

O coronavírus pertence a uma grande família de vírus, comuns em diferentes espécies de animais, incluindo camelos, gado, gatos e morcegos. Raramente, os coronavírus podem infectar humanos e depois se disseminar entre pessoas como o



que ocorre na Síndrome Respiratória do Oriente Médio (MERS-CoV) e na Síndrome Respiratória Aguda Grave (SARS).

Para infecções confirmadas pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2), há relatos de pessoas com sintomas leves e outras com sintomas muito graves, chegando ao óbito, em algumas situações. Os sintomas mais comuns dessas infecções podem incluir manifestações respiratórias (tosse, dificuldade para respirar, batimento das asas nasais, entre outros) e febre (a febre pode não estar presente em alguns pacientes, como crianças, idosos, imunossuprimidos ou que tomam medicamentos para diminuir a febre). Atualmente, acredita-se que os sintomas do novo coronavírus (SARS-CoV-2) podem aparecer de 2 até 14 dias após a exposição. Isso se baseia no que foi visto anteriormente como o período de incubação dos vírus MERS-CoV (2012). Ainda há muito para aprendermos sobre a transmissibilidade, a gravidade e outros recursos associados ao SARS-CoV-2 e as investigações estão em andamento em todo o mundo. Ainda não existe vacina disponível para prevenir a infecção pelo SARS-CoV-2. A melhor maneira de prevenir essa doença (COVID-19) é adotar ações para impedir a propagação do vírus.

II. MEDIDAS DE PREVENÇÃO E CONTROLE

O estabelecimento deve garantir que as políticas e as boas práticas internas minimizem a exposição a patógenos respiratórios, incluindo o novo coronavírus (SARS-CoV-2).

Conforme as informações atualmente disponíveis, sugere-se que a via de transmissão pessoa a pessoa do novo coronavírus (SARS-CoV-2) ocorre por meio de gotículas respiratórias (expelidas durante a fala, tosse ou espirro) e também pelo contato direto com pessoas infectadas ou indireto por meio das mãos, objetos ou superfícies contaminadas, de forma semelhantes com que outros patógenos respiratórios se espalhem. Desta forma, as medidas de prevenção e controle devem ser implementadas antes da chegada do aluno ao estabelecimento, na chegada, espera, atendimento e durante todo o treino.

 

III. PROTOCOLO DESTINADO AO FUNCIONAMENTO DE EMPRESAS QUE PRESTAM ATIVIDADE DE CONDICIONAMENTO FÍSICO

Além do cumprimento do Protocolo Geral presente no Anexo 2 do Decreto Municipal 126 de 21 de Abril de 2020, seguem abaixo as medidas de prevenção e controle de ambientes e pessoas que têm por finalidade evitar a contaminação e propagação do novo coronavírus durante o funcionamento dos estabelecimentos que realizam atividade de condicionamento físico:

- 1) Priorizar as atividades em espaços ao ar livre;
- 2) Em locais fechados, sempre que possível, manter portas e janelas abertas, para possibilitar a ventilação natural e a circulação de ar;
- 3) O uso de proteção facial é obrigatória a todos e somente será permitida a prática dos treinos/aulas com o uso de máscaras;
- 4) Deve ser restringido o grupo de risco (pessoas com baixa imunidade, asma, pneumonia, tuberculose, câncer, renais crônicos, transplantados, acima de 60 anos e crianças até 12 anos), pessoas com qualquer tipo de sintomas gripal (ou outros que levem algum sintoma de suspeição do Covid 19) e aqueles que tiveram contato com caso suspeito não devem ir à academia ou outro espaço coletivo de treino, até que seja cumprido as normas de isolamento domiciliar conforme preconizado pelo MS, devendo o profissional de Educação Física oferecer forma alternativa de exercícios para fazer em casa;
- 5) Deverá ser adotada lista de presença diária de todos que adentrarem ao estabelecimento: funcionários, professores e alunos por horário, trazendo dados da temperatura corporal (aferida por termômetro a laser) considerando a temperatura corporal normal até 37,5 °C.
- 6) Evitar aglomerações durante as atividades, de modo que as pessoas possam manter-se afastadas por no mínimo 2 metros, bem como proibição atividades que exijam contato físico ou toque como círculos, abraços, massagens, alongamentos passivos, dentre outros;
- 7) Proibido as atividades que exigem contato físico, como Jiu-Jitsu ou outras lutas de defesa pessoal, Muay-Thai e demais similares;
- 8) Os treinos/aulas deverão ser agendados por hora, onde deverão ocorrer em no máximo 45 minutos, sendo os 15 minutos finais para realização de limpeza



dos aparelhos/ equipamentos ou apresentar outra forma estabelecida em protocolo, aprovado pela VISA local, que garanta a desinfecção dos aparelhos e outros equipamentos a serem compartilhados, assim como dos ambientes e superfícies tocadas com frequência (maçanetas, torneiras, bebedouros, etc) utilizando álcool a 70%, friccionando no mínimo três vezes as superfícies ou um outro desinfetante compatível e recomendado pelo Ministério da Saúde, a depender do tipo de material;

- 9) Instruir aos frequentadores que, ao entrar em contato com os materiais e equipamentos no local de prática, não levem as mãos ao rosto (olhos, nariz e boca principalmente) sem antes higienizar as mãos;
- 10) As academias e profissionais de Educação Física devem orientar seus alunos/clientes a higienizarem as mãos ao mudarem de estação ou de equipamento utilizados;
- 11) Instruir aos frequentadores que levem para as atividades seus objetos pessoais, como garrafas de água toalhas/lenços umedecidos (desde que descartáveis);
- 12) Ao tossir ou espirrar (mesmo com o uso de máscara) deve ser utilizado etiqueta social, cobrindo sempre com o braço ou com lenço de papel (deve ser descartado imediatamente após o uso). É importante não utilizar as mãos pois terão contato com aparelhos e outras superfícies;
- 13) Manter os ambientes obrigatoriamente arejados por ventilação natural (portas e janelas abertas), se for necessário usar sistema climatizado manter limpos os componentes do sistema de climatização (bandejas, serpentinas, umidificadores, ventiladores e dutos) de forma a evitar a difusão ou multiplicação de agentes nocivos à saúde humana e manter a qualidade interna do ar;
- 14) Disponibilizar preparações alcoólicas a 70% para higienização das mãos, principalmente nos pontos de maior circulação de trabalhadores e usuários (balcões, refeitório, área de vendas, etc.);
- 15) Disponibilizar kits de limpeza em pontos estratégicos das áreas comuns de treino/aula, acessível a todos os frequentadores, contendo toalhas de papel,



 <p>GOVERNO DE INHUMAS RESPONSABILIDADE E CIDADANIA <small>ADMINISTRAÇÃO 2017 - 2020</small></p>	<p align="center">VIGILÂNCIA SANITÁRIA MUNICIPAL DE INHUMAS</p>	<p align="center"><small>Secretaria de Saúde de INHUMAS</small></p> 
---	--	---

- produto específico para higienização e lixeira. Deve manter em local visível a orientação para o descarte imediato das toalhas de papel utilizadas;
- 16) Na entrada da empresa deve ser disponibilizado pedilúvio (solução desinfetante para limpeza das solas dos sapatos);
 - 17) Durante o horário de funcionamento da academia, fechar cada área de 1 a 2 vezes ao dia por, pelo ao menos 30 minutos, para limpeza geral, de forma a intensificar a desinfecção das superfícies dos ambientes, com detergente neutro (quando o material da superfície permitir), seguida de desinfecção com álcool 70% ou solução de água sanitária a 1%, ou um outro desinfetante compatível e recomendado pelo Ministério da Saúde, conforme NOTA TÉCNICA Nº 26/2020/SEI/COSAN /GHCOS/DIRE3/ANVISA, a depender do tipo de material;
 - 18) Desinfetar com álcool a 70%, friccionando no mínimo três vezes as superfícies, várias vezes ao dia, os locais frequentemente tocados como: maçanetas, interruptores, janelas, telefone, teclado do computador, controle remoto, máquinas acionadas por toque manual e outros;
 - 19) A quantidade de pessoas por período de treino/aula obedecerá o critério de 1 pessoa por 20 m², portanto o número de pessoas permitidas por horário será proporcional à capacidade do estabelecimento, considerando somente as áreas destinadas a treino/aula, que deverá ser avaliado de forma individual pela VISA local, juntamente com protocolo das ações e medidas de prevenção adotadas pela empresa, seguindo as recomendações presentes nessa Norma Técnica;
 - 20) O uso das catracas deverá ser abolido nesse período de pandemia;
 - 21) Orientar todos os frequentadores e capacitar todos os funcionários quanto ao cumprimento das medidas presentes neste documento, bem como garanti-lo é de responsabilidade do gestor legal da empresa, sendo compartilhada a todos frequentadores e funcionários.
 - 22) Diante do caso confirmado de COVID-19 de algum frequentador/aluno do estabelecimento, a empresa deverá paralisar as atividades para realização de HIGIENIZAÇÃO TERMINAL – é a limpeza e/ou desinfecção ambiental que abrange pisos, paredes, equipamentos, aparelhos, utensílios, mobiliários,




mesas, colchonetes, janelas, vidros, portas, luminárias, teto, em todas as suas superfícies externas e internas - até que ela se torne apropriada para retomar suas atividades;

III. CONCLUSÃO

A implementação das medidas recomendadas nesta Nota Técnica, bem como seu cumprimento são requisitos necessários para liberação de autorização temporária de funcionamento das microempresas, empresas de pequeno porte ou microempreendedores individuais que exercem atividades de condicionamento físico.

Estas recomendações poderão ser atualizadas à medida que informações adicionais estejam disponíveis.

IV. REFERÊNCIAS

ANVISA. NOTA TÉCNICA GVIMS/GGTES/ANVISA Nº 04/2020. *Orientações para serviços de saúde: medidas de prevenção e controle que devem ser adotadas durante a assistência aos casos suspeitos ou confirmados de infecção pelo novo corona*vírus (SARS-CoV-2)*. Acesso em: 24/03/20. Disponível em: <http://portal.anvisa.gov.br/documents3852/271858/Nota+T%C3%A9cnica+n+4-2020+GVIMS-GGTES-ANVISA/ab598660-3de4-4f14-8e6f-b9341c196b28>. Acesso em: Abril de 2020.

DECRETO ESTADUAL Nº 9.653, DE 19 DE ABRIL DE 2020. *Dispõe sobre a decretação de situação de emergência na saúde pública do Estado de Goiás, em razão da disseminação do novo coronavírus COVID-19*. Disponível em: [file:///C:/Users/Sec.%20de%20Sa%C3%BAde%20AB/Downloads/diario_oficial_2020-04-19_completo%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Sec.%20de%20Sa%C3%BAde%20AB/Downloads/diario_oficial_2020-04-19_completo%20(1).pdf). Acesso em: Abril de 2020.

DECRETO MUNICIPAL Nº 126 DE ABRIL DE 2020. *Dispõe sobre a decretação de situação de emergência na saúde pública do Município de Inhumas, em razão da disseminação do novo Coronavírus COVID-19 e dá outras providências*. Acesso em: Abril de 2020. Disponível em: <http://inhumas.go.gov.br/wp-content/uploads/2020/04/Decreto-n-126.pdf>. Acesso em: Abril, 2020.



 <p>GOVERNO DE INHUMAS RESPONSABILIDADE E CIDADANIA <small>ADMINISTRAÇÃO 2017 - 2020</small></p>	<p>VIGILÂNCIA SANITÁRIA MUNICIPAL DE INHUMAS</p>	<p>Secretaria de Saúde de INHUMAS</p> 
---	---	---

NOTA TÉCNICA Nº 26/2020/SEI/COSAN/GHCOS/DIRE3/ANVISA. *Recomendações sobre produtos saneantes que possam substituir o álcool 70% na desinfecção de superfícies, durante a pandemia da COVID-19.* Acesso: http://portal.anvisa.gov.br/documents/219201/4340788/SEI_ANVISA+-964813+-Nota+T%C3%A9cnica.pdf/71c341ad-6eec-4b7f-b1e6-86d867e489. Acesso em: Abril, 2020.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE ACADEMIAS DO BRASIL. *Procedimentos de Reabertura de Academias.* Disponível em: <http://hub.ihrsa.org/brasil/acad-brasil-lan%C3%A7a-cartilha-de-procedimentos-para-reabertura-das-academias>. Acesso em: Maio, 2020.

Inhumas, 18 de maio de 2020.

Gabinete da Secretária Municipal de Saúde de Inhumas,



Karine Muniz Vila Verde Martins
Coord. de Vigilância Sanitária Municipal



Patrícia Palmeira de Brito Fleury
Secretária Municipal de Saúde