

# academia

protocolo sanitário

Revisão 06 de 04/12/2020



PREFEITURA DE  
**MOGI DAS CRUZES**

setor

*Academia*

# PROTOSCOLOS SANITÁRIOS

## Protocolos setoriais

### I. Setor: Academia e Centros de Ginástica e Dança

Subsetores:

1. Geral

Subsetor: Geral

ÍNDICES E REVISÕES		
Rev.	Data	Descrição
0	08/06/2020	Emissão Inicial
1	11/06/2020	Alterada a palavra "Recomendável" para "Obrigatório" com relação às ações protocolares de 1. Distanciamento Social, 2. Higiene Pessoal e 3. Limpeza e Higienização de Ambientes.
2	06/07/2020	Atualização de acordo com as Cartilhas de Procedimentos para a Reabertura das Academias do CREF4/SP (Conselho Regional de Educação Física da 4ª Região) e da ACAD Brasil (Associação Brasileira de Academias) entregues em 18/06/2020 em reunião realizada na CMMC, bem como Decreto Estadual nº 65.044/2020. E atualização dos parâmetros químicos e medidas de tratamento de água de piscina.
3	10/07/2020	Definição de aulas individuais e práticas de aulas em grupo.
4	25/08/2020	Redefinição de aulas individuais e práticas de aulas com mais de uma pessoa.
5	06/11/2020	Retirada a proibição de uso de chuveiros, saunas, banhos turcos, solários, hidromassagem / jacuzzi e similares. Redefinida a capacidade de utilização dos aparelhos de cardio e armários. Excluída a necessidade de fechamento da academia para limpeza geral e desinfecção.
6	04/12/2020	Adequação textual do item de distanciamento social.

## Protocolos:

1. DISTANCIAMENTO SOCIAL		
DIRETRIZES	PARA FUNCIONÁRIOS	PARA CLIENTES
O espaço de exercício de cada cliente nas áreas de peso livre, nas salas de atividades coletivas e nas salas de dança, deve ser demarcado no piso.	N/A	Obrigatório
Os aparelhos de cardio devem ser usados, com um distanciamento mínimo de 1,5 metros entre equipamentos em uso.	N/A	Obrigatório
Propiciar sistema de agendamento prévio das atividades por parte dos clientes, evitando filas ou aglomerações.	Obrigatório	Obrigatório
Em se tratando de familiares e habitantes de uma mesma residência, a distância mínima entre eles não será aplicável. Todavia, deverão respeitar a distância mínima de 1,5 metros em relação aos demais presentes.	N/A	Obrigatório
Delimitar com fita, o espaço em que cada cliente ou professor deve se exercitar nas áreas de peso livre e nas salas de atividades coletivas. Cada cliente deve ficar a 1,5 m de distância do outro.	Obrigatório	Obrigatório
É permitida somente atividades realizadas, individualmente, independentemente da modalidade esportiva, mesmo as coletivas, impedindo o contato físico direto entre os praticantes e/ou instrutores, salvo atividades com duas pessoas do mesmo círculo familiar, que moram ou convivem socialmente.	Obrigatório	Obrigatório
A realização de atividades físicas e de dança com contato físico será permitida apenas quando a atividade for realizada por duplas com pessoas do mesmo círculo familiar que moram ou convivem socialmente. Não deverá haver troca de pares e o uso de máscaras deverá se manter obrigatório.	Obrigatório	Obrigatório
O vestiário deve ter delimitação em bancos, pias, pisos e chuveiros para que os clientes se mantenham em uma distância de 1,5 metros entre eles, com indicação do número máximo de pessoas na porta.	Obrigatório	Obrigatório
Saunas, banhos turcos, solários, hidromassagem / jacuzzi, e similares devem ser usados com distanciamento mínimo de 1,5 metros entre os usuários, salvo pessoas do mesmo círculo familiar, que moram ou convivem socialmente. Garantir sistema de agendamento prévio e limpeza e higienização geral antes e depois de cada cliente fazer uso.	Obrigatório	Obrigatório

## 2. HIGIENE PESSOAL

DIRETRIZES	PARA FUNCIONÁRIOS	PARA CLIENTES
Todos devem usar máscaras em todas as atividades, salvo as aquáticas.	Obrigatório	Obrigatório
Disponibilizar recipientes com álcool em gel a 70% para uso por clientes e colaboradores em todas as áreas da academia (recepção, musculação, peso livre, salas coletivas, piscina, vestiário, kids room, etc).	Obrigatório	Obrigatório
Liberar a saída de água no bebedouro, somente para o uso de garrafas próprias.	Obrigatório	Obrigatório
Exigir o uso de chinelos por clientes e colaboradores e ter dispositivo para limpeza deles antes da entrada da área da piscina.	Obrigatório	Obrigatório
Disponibilizar, na área da piscina, suportes para que cada cliente possa pendurar sua toalha de forma individual.	Obrigatório	Obrigatório
Oferecer dispositivo para limpeza para sapatos na entrada da academia.	Recomendável	Recomendável

## 3. LIMPEZA E HIGIENIZAÇÃO DE AMBIENTES

DIRETRIZES	PARA FUNCIONÁRIOS	PARA CLIENTES
Renovar regularmente e manter criterioso controle quanto à higienização da água das piscinas. É necessário efetuar filtração diária de 6 a 8 horas e manter os parâmetros de pH em 7,2 a 7,8, alcalinidade total em 100 ppm e cloro entre 2 a 4 ppm. Manter registro de higienização e filtração para controle e fiscalização.	Obrigatório	N/A
A higienização dos móveis, equipamentos e objetos deve ser feita antes e depois de cada cliente fazer uso.	Obrigatório	Recomendável
Nas áreas de musculação, peso livre, ginástica e dança, posicionar kits de limpeza em pontos estratégicos, contendo toalhas de papel e produto específico de higienização, para uso em equipamentos de treino como colchonetes, halteres e máquinas, após cada utilização dos mesmos.	Obrigatório	N/A

### 3. LIMPEZA E HIGIENIZAÇÃO DE AMBIENTES

DIRETRIZES	PARA FUNCIONÁRIOS	PARA CLIENTES
Durante o horário de funcionamento da academia, efetuar, constantemente, limpeza geral e desinfecção dos ambientes.	Obrigatório	N/A
No caso do uso de leitor de digital para entrada na academia, disponibilizar recipiente de álcool em gel a 70% ao lado da catraca. O cliente deve ter a opção de acessar a academia comunicando a recepcionista seu número de matrícula ou CPF, para evitar o leitor digital.	N/A	Recomendável
Renovar todo o ar do ambiente, de acordo com a exigência da legislação, atendendo às normas da ABNT relativas à capacidade, operação e manutenção de ar-condicionado. Ou, caso não haja o aparelho, implantar sistema de ventilação cruzada (abertura de portas e janelas)	Obrigatório	Obrigatório
Após o término de cada utilização, higienizar as escadas, balizas e bordas da piscina.	Obrigatório	Obrigatório

### 4. COMUNICAÇÃO

DIRETRIZES	PARA FUNCIONÁRIOS	PARA CLIENTES
Orientar aos clientes sobre o sistema de agendamento prévio das atividades, evitando filas ou aglomerações.	Obrigatório	Obrigatório
Realizar o congelamento dos planos de clientes acima de 60 anos de idade, quando solicitado.	N/A	Recomendável
Comunicar para os clientes trazerem as suas próprias toalhas para ajudar na manutenção da higiene dos equipamentos. Caso a academia forneça toalhas, elas devem ser descartadas pelo cliente em um recipiente com tampa e acionamento por pedal.	Recomendável	Recomendável
Orientar todos os colaboradores a assistir ao treinamento disponibilizado pela Prefeitura de Mogi das Cruzes denominado "COVID-19 – Cuidados e Prevenção da Doença".	Recomendável	N/A



PREFEITURA DE  
**MOGI DAS CRUZES**