



**CREF16/RN**

**PROTOCOLO E  
RECOMENDAÇÕES  
QUANDO DA  
RETOMADA DAS  
ATIVIDADES FÍSICAS,  
DESPORTIVAS E  
SIMILARES.**

[www.cref16.org.br](http://www.cref16.org.br)



**PROTOCOLO E RECOMENDAÇÕES SUGERIDAS  
PELO CREF16/RN A SEREM OBSERVADOS  
PELAS PESSOAS FÍSICAS E JURÍDICAS QUE  
ATUAM NA ÁREA DA EDUCAÇÃO FÍSICA NO  
ESTADO DO RIO GRANDE DO NORTE QUANDO  
DA RETOMADA DAS ATIVIDADES FÍSICAS,  
DESPORTIVAS E SIMILARES.**

# 1

**No retorno às atividades, aplicação de questionário, preferencialmente por meio eletrônico, para todos os que frequentem os espaços, obrigatoriamente quanto à apresentação ou não de sintomas, contato com alguém exposto a COVID-19, existência de comorbidades, histórico de atividades nos últimos meses, anamnese, dentre outros itens que o estabelecimento entender cabíveis;**

# 2

**Implantação de termo de responsabilidade a ser firmado por todos os que frequentam os espaços quanto a necessidade de que sejam respeitadas as regras de segurança e de que, ao apresentar qualquer sintoma, deve abster-se de frequentar o estabelecimento, ficando obrigado a comunicar ao responsável, ao Profissional de Educação Física ou administrador do estabelecimento tal ocorrência.**

# 3

**Obrigatoriedade de monitoramento dos colaboradores, Profissionais de Educação Física, clientes, prestadores de serviços, terceirizados e todos que frequentem os espaços, quanto à existência de qualquer sintoma de COVID-19, ainda que leve, inclusive por meio de inspeção e indagações, devendo os que apresentarem sinais de possível contaminação serem impedidos de realizar suas atividades e orientados a permanecer em casa e/ou buscar atendimento junto ao sistema de saúde especializado no combate a COVID-19.**

# 4

**Utilização constante dos canais de informação, pelos meios digitais e também físicos, tais como APP's, redes sociais, e-mail, folhetos, cartilhas, cartazes e/ou banners, em linguagem clara e em local visível, para divulgação das regras de segurança e dos cuidados que devem ser adotados - interna e externamente - por todos os que frequentam os espaços onde são desenvolvidas as atividades físicas;**

# 5

**Proibição dos integrantes dos grupos de riscos (doentes crônicos, maiores de 60 anos possuidores de comorbidades) de frequentarem os estabelecimentos, salvo nos casos em que exista prescrição médica e, neste caso, o acompanhamento deverá ser individualizado e deverão ser seguidas todas as orientações formuladas na prescrição, bem como os procedimentos de prevenção a COVID-19;**

# 6

**Utilização obrigatória de controle de acesso dos frequentadores sem toque e contato corporal e com o devido distanciamento entre os clientes e entre estes e os colaboradores, sendo recomendado o controle de temperatura na entrada do estabelecimento;**

# 7

**Utilizar circulação natural de ar e implantar sistema de renovação e desinfecção do ar, até quando for indicado pelas autoridades de saúde pública;**

# 8

**Constante higienização, desinfecção e limpeza dos ambientes, utensílios e equipamentos (em especial os compartilhados, escadas e corrimãos, banheiros, pias e outros locais com risco de contaminação, com hipoclorito de sódio ou outro produto eficaz), bem como dos aparelhos de ar-condicionado (com troca de filtros mensal e utilização de pastilhas adequadas para higienização);**

# 9

**Lotação máxima de 1 cliente/aluno/beneficiário a cada 10m<sup>2</sup> de área efetivamente utilizada para a prática de Atividades Físicas, devendo ser mantido distanciamento de 2m entre os presentes, sendo vedado o contato físico do Profissional de Educação Física com o aluno/cliente/beneficiário e destes uns com os outros;**

# 10

**Recomenda-se que os programas de treinamento sejam elaborados para duração de 30 à 40 minutos e que preferencialmente não sejam de alta intensidade.**

# 11

**Uso obrigatório de máscaras e luvas (se possível) por todos os frequentadores, enquanto for indicado pelas autoridades de saúde;**

# 12

**Utilização de EPI's por parte de todos os colaboradores, em especial pelos Profissionais de Educação Física que atuem na orientação e prescrição das atividades;**

# 13

**Treinamento e capacitação dos colaboradores e funcionários quanto às regras e procedimentos de cuidados e limpeza a serem seguidos e exigidos por todos os frequentadores e sobre como orientar os clientes em relação às medidas de prevenção;**

# 14

**Tapete de lavagem ou recipiente adequado para desinfecção dos calçados na entrada do estabelecimento, com Hipoclorito de sódio à 2% (água sanitária) ou outro produto comprovadamente eficaz;**

# 15

**Adequação e adaptação dos espaços da recepção com proteção transparente de acrílico, plástico ou outro material eficaz, devendo ocorrer a higienização constante destes;**

# 16

**Disponibilização de locais apropriados com pias e sabão para higienização dos frequentadores;**

# 17

**Disponibilização de álcool 70% em todos os ambientes, em locais apropriados e em quantidade suficiente para a correta e constante higienização por parte dos colaboradores e usuários;**

# 18

**Utilização de bebedouros ou filtros para uso exclusivo de enchimento de garrafas próprias (individuais) dos frequentadores e disponibilização, em local próximo, de álcool 70% para limpeza;**

# 19

**Utilização obrigatória de álcool 70% e/ou outros produtos comprovadamente eficazes, para a higienização e desinfecção dos equipamentos e utensílios;**

# 20

**Utilização obrigatória de lixeiras com tampas para descarte sem manuseio;**

# 21

**Realização de aulas coletivas apenas em locais abertos e/ou que possibilitem adequado grau de arejamento, com distância mínima de 2m entre todos os presentes;**

# 22

**Utilização dos aparelhos de cárdio em 50% da capacidade, com espaçamento equivalente a alternância de um equipamento em uso para outro sem uso, devendo ser feita a higienização constante dos equipamentos e a renovação do ar do ambiente;**

# 23

**Utilização de sinalização e de fitas para demarcação dos espaços, visando o correto distanciamento sanitário, 2m.**

