

## Mensagem Externa 4.282/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputada Ada de Luca

**Data:** 08/04/2020 às 17:04:04

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0261/2020 CREFSC

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0261/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0261-2020 - Ada De Luca.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Nataação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

## **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**



**CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA**  
**CREF3 - SANTA CATARINA**  
**SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL**



Ofício nº 0261/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Ada De Luca  
Deputada Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhora Deputada,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.

Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.283/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputada Ana Campagnolo

**Data:** 08/04/2020 às 17:05:50

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0262/2020 CREFSC

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0262/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0262-2020 - Ana Campagnolo.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA



## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Natação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**

Ofício nº 0262/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Ana Campagnolo  
Deputada Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhora Deputada,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.



Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.284/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputada Anna Carolina Cristofolini Martins

**Data:** 08/04/2020 às 17:07:13

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0263/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0263/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0263-2020 - Anna Carolina Cristofolini Martins .pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Nataação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.



#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**



**CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA**  
**CREF3 - SANTA CATARINA**  
**SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL**



Ofício nº 0263/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Anna Carolina Cristofolini Martins  
Deputada Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhora Deputada,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.

  
Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.285/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputada Luciane Carminatti

**Data:** 08/04/2020 às 17:08:29

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0264/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0264/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0264-2020 - Luciane Carminatti.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Natação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

## **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

## **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**



**CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
CREF3 - SANTA CATARINA  
SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL**



Ofício nº 0264/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Luciane Carminatti  
Deputada Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhora Deputada,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.

  
Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC





## Mensagem Externa 4.286/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputada Marlene Fengler

**Data:** 08/04/2020 às 17:10:02

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0265/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0265/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0265-2020 - Marlene Fengler.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Natação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**



**CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA**  
**CREF3 - SANTA CATARINA**  
**SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL**



Ofício nº 0265/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Marlene Fengler  
Deputada Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhora Deputada,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.

Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.287/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputada Paulinha

**Data:** 08/04/2020 às 17:11:22

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0266/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0266/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0266-2020 - Paulinha.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA



## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Nataação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**

Ofício nº 0266/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Paulinha  
Deputada Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhora Deputada,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.



Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.288/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Altair Silva

**Data:** 08/04/2020 às 17:12:45

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0267/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0267/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0267-2020 - Altair Silva.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Nataação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.



#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**

Ofício nº 0267/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Altair Silva  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.



Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.289/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Bruno Souza

**Data:** 08/04/2020 às 17:14:03

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0268/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0268/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0268-2020 - Bruno Souza.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Nataação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**



Ofício nº 0268/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Bruno Souza  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.

  
Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC





## Mensagem Externa 4.290/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Carlito Merss

**Data:** 08/04/2020 às 17:15:15

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0269/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0269/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0269-2020 - Carlito Merss.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Nataação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**

Ofício nº 0269/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Carlito Merss  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.



Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.291/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Coronel Mocellin

**Data:** 08/04/2020 às 17:16:29

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0270/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0270/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0270-2020 - Coronel Mocellin.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA



## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Nataação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

## **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**

Ofício nº 0270/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Coronel Mocellin  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.



Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.292/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Fabiano da Luz

**Data:** 08/04/2020 às 17:17:48

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0271/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0271/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0271-2020 - Fabiano da Luz.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Natação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.



#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**

Ofício nº 0271/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Fabiano da Luz  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.



Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.293/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Felipe Estevão

**Data:** 08/04/2020 às 17:18:49

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0272/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0272/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0272-2020 - Felipe Estevão.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Natação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

## **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**



**CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
CREF3 - SANTA CATARINA  
SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL**



Ofício nº 0272/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Felipe Estevão  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.

  
Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC





**Tramitação Mensagem Externa 1: 4.293/2020**

**De:** Deputado Felipe Estevão

**Para:** -

**Data:** 13/04/2020 às 09:24:32

Recebido, encaminhamos ao nosso setor jurídico, para análise e considerações.  
Ato contínuo, daremos o encaminhamento necessário.

Assessoria Parlamentar  
(048) 3221- 2619

## Mensagem Externa 4.294/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Fernando Krelling

**Data:** 08/04/2020 às 17:20:04

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0273/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0273/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0273-2020 - Fernando Krelling.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Natação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**



**CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
CREF3 - SANTA CATARINA  
SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL**



Ofício nº 0273/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Fernando Krelling  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.

  
Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.295/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Ismael Dos Santos

**Data:** 08/04/2020 às 17:21:19

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0274/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0274/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0274-2020 - Ismael dos Santos.pdf



# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Natação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**



**CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA**  
**CREF3 - SANTA CATARINA**  
**SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL**



Ofício nº 0274/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Ismael dos Santos  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.

Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.296/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Ivan Naatz

**Data:** 08/04/2020 às 17:22:32

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0275/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0275/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0275-2020 - Ivan Naatz.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.



## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Natação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**



Ofício nº 0275/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Ivan Naatz  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.

Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.297/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Jair Miotto

**Data:** 08/04/2020 às 17:24:05

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0276/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0276/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0276-2020 - Jair Miotto.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Natação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**



Ofício nº 0276/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Jair Miotto  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.



Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.298/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Jerry Comper

**Data:** 08/04/2020 às 17:25:40

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0277/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0277/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0277-2020 - Jerry Comper.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Natação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

## **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

## **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**



**CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
CREF3 - SANTA CATARINA  
SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL**



Ofício nº 0277/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Jerry Comper  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.

Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.299/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Jessé Lopes

**Data:** 08/04/2020 às 17:26:43

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0278/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0278/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0278-2020 - Jessé Lopes.pdf



# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Nataação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**

Ofício nº 0278/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Jessé Lopes  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.



Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.300/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado João Amin

**Data:** 08/04/2020 às 17:28:00

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0279/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0279/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0279-2020 - João Amin.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.



## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Natação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**

Ofício nº 0279/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
João Amin  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.



Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.301/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado José Milton Scheffer

**Data:** 08/04/2020 às 17:29:07

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0280/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0280/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0280-2020 - José Milton Scheffer.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Nataação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**





**CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
CREF3 - SANTA CATARINA  
SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL**



Ofício nº 0280/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
José Milton Scheffer  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.

  
Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.302/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Julio Garcia

**Data:** 08/04/2020 às 17:30:25

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0281/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0281/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0281-2020 - Julio Garcia.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Natação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**



**CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
CREF3 - SANTA CATARINA  
SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL**



Ofício nº 0281/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Julio Garcia  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.

Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.303/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Kennedy Nunes

**Data:** 08/04/2020 às 17:31:40

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0282/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0282/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0282-2020 - Kennedy Nunes.pdf



# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Natação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

## **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**

Ofício nº 0282/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Kennedy Nunes  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.



Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.304/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Laércio Schuster

**Data:** 08/04/2020 às 17:32:44

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0283/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0283/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0283-2020 - Laércio Schuster.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.



## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Nataação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**



**CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
CREF3 - SANTA CATARINA  
SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL**



Ofício nº 0283/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Laércio Schuster  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.

Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.305/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Luiz Fernando Vampiro

**Data:** 08/04/2020 às 17:33:44

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0284/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0284/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0284-2020 - Luiz Fernando Vampiro.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Nataação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**



Ofício nº 0284/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Luiz Fernando Vampiro  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.



Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.306/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Marcius Machado

**Data:** 08/04/2020 às 17:35:11

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0285/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0285/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0285-2020 - Marcius Machado.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Nataação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**

Ofício nº 0285/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Marcius Machado  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.



Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.307/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Marcos Vieira

**Data:** 08/04/2020 às 17:36:25

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0286/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0286/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0286-2020 - Marcos Vieira.pdf



# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Nataação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**

Ofício nº 0286/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Marcos Vieira  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.



Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.308/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Maurício Eskudlark

**Data:** 08/04/2020 às 17:37:44

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0287/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0287/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0287-2020 - Maurício Eskudlark.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.



## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Nataação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**

Ofício nº 0287/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Maurício Eskudlark  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.



Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.309/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Mauro de Nadal

**Data:** 08/04/2020 às 17:39:07

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0288/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0288/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0288-2020 - Mauro de Nadal.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Nataação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**



Ofício nº 0288/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Mauro de Nadal  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.



Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.310/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Moacir Sopelsa

**Data:** 08/04/2020 às 17:40:21

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0289/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0289/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0289-2020 - Moacir Sopelsa.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Natação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

## **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

## **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**



**CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
CREF3 - SANTA CATARINA  
SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL**



Ofício nº 0289/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Moacir Sopelsa  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.

  
Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.311/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Nazareno Martins

**Data:** 08/04/2020 às 17:41:25

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0290/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0290/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0290-2020 - Nazareno Martins.pdf



# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Nataação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**

Ofício nº 0290/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Nazareno Martins  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.



Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



**Tramitação Mensagem Externa 1: 4.311/2020**

**De:** Deputado Nazareno Martins

**Para:** -

**Data:** 15/04/2020 às 09:03:30

Bom dia, gostaríamos de confirmar o recebimento do e-mail. Assim, agradecemos as sugestões e informamos que estamos estudando a matéria para dar os encaminhamentos necessários para atender o pleito.

Atenciosamente.  
Gabinete Deputado Estadual Nazareno Martins  
Palácio Barriga Verde  
Rua Dr. Jorge Luz Fontes, nº 310 - Gab. 207  
88.020-900 - Centro - Florianópolis - SC  
Fone: (48) 3221-2677

---

De: CREF3/SC [notificacao@1doc.com.br]  
Enviado: quarta-feira, 8 de abril de 2020 17:41  
Para: Deputado Nazareno Martins  
Assunto: Ofício 0290/2020

[[https://otimize-edoc.s3.amazonaws.com/edoc\\_405/logo\\_crefsc.png](https://otimize-edoc.s3.amazonaws.com/edoc_405/logo_crefsc.png)]

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0290/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

Debora Grizante  
Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo

[Acompanhar online »](#)

Enviado e rastreado com 1Doc.

Para cancelar recebimento de comunicação de CREF3/SC neste e-mail, clique aqui.

## Mensagem Externa 4.312/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Neodi Saretta

**Data:** 08/04/2020 às 17:42:55

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0291/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0291/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0291-2020 - Neodi Saretta.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA



## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Nataação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**

Ofício nº 0291/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Neodi Saretta  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.



Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.313/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Nilso Berlanda

**Data:** 08/04/2020 às 17:44:05

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0292/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0292/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0292-2020 - Nilso Berlanda.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Nataação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.



#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**



**CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
CREF3 - SANTA CATARINA  
SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL**



Ofício nº 0292/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Nilso Berlanda  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.

  
Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.314/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Ricardo Alba

**Data:** 08/04/2020 às 17:45:21

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0293/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0293/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0293-2020 - Ricardo Alba.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Natação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**



Ofício nº 0293/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Ricardo Alba  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.

  
Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC





## Mensagem Externa 4.315/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Rodrigo Minotto

**Data:** 08/04/2020 às 17:46:29

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0294/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0294/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0294-2020 - Rodrigo Minotto.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Nataação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**



**CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA**  
**CREF3 - SANTA CATARINA**  
**SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL**



Ofício nº 0294/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Rodrigo Minotto  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.

Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.316/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Romildo Titon

**Data:** 08/04/2020 às 17:47:35

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0295/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0295/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0295-2020 - Romildo Titon.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA



## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Natação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

## **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**

Ofício nº 0295/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Romildo Titon  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.



Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.317/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Sargento Lima

**Data:** 08/04/2020 às 17:49:09

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0296/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0296/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0296-2020 - Sargento Lima.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Nataação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.



#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**

Ofício nº 0296/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Sargento Lima  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.



Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.318/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Sergio Motta

**Data:** 08/04/2020 às 17:50:23

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0297/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0297/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0297-2020 - Sergio Motta.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Nataação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**



Ofício nº 0297/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Sergio Motta  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.

  
Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC





## Mensagem Externa 4.319/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Ulisses Gabriel

**Data:** 08/04/2020 às 17:51:31

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0298/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0298/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0298-2020 - Ulisses Gabriel .pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Natação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

## **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**



**CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
CREF3 - SANTA CATARINA  
SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL**



Ofício nº 0298/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Ulisses Gabriel  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.

  
Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



**Tramitação Mensagem Externa 1: 4.319/2020**

**De:** Deputado Ulisses Gabriel

**Para:** -

**Data:** 10/04/2020 às 14:46:14

Boa tarde.

Recebido.  
Abraços!  
Delegado Ulisses Gabriel

Enviado do meu iPhone

Em 8 de abr de 2020, À (s) 17:51, CREF3/SC notificacao@1doc.com.br escreveu:

?  
V. Exa,



Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0298/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**  
*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

[Acompanhar online »](#)

*Enviado e rastreado com **1Doc**.*

Para cancelar recebimento de comunicações de **CREF3/SC** neste e-mail, [clique aqui](#).

## Mensagem Externa 4.320/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Valdir Cobalchini

**Data:** 08/04/2020 às 17:52:36

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0299/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0299/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0299-2020 - Valdir Cobalchini.pdf



# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.

## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Nataação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**



**CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
CREF3 - SANTA CATARINA  
SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL**



Ofício nº 0299/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Valdir Cobalchini  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.

  
Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC



## Mensagem Externa 4.321/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Deputado Volnei Weber

**Data:** 08/04/2020 às 17:54:10

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0300/2020

V. Exa,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0300/2020 do Conselho Regional de Educação Física 3ª Região.

Contamos com sua compreensão.

Respeitosamente,

—

**Debora Grizante**

*Chefe Setor Atendimento/Cadastro/Protocolo*

**Anexos:**

nota tecnica 8 abril.pdf

Ofício 0300-2020 - Volnei Weber.pdf

# NOTA TÉCNICA

## PARA PF'S E PJ'S

REGISTRADOS NO CREF3/SC  
NAS AÇÕES DE COMBATE

## AO COVID-19



CONSELHO REGIONAL  
DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
SANTA CATARINA

## DE ORDEM GERAL: (ATIVIDADES INTERNAS E EXTERNAS)

### OBJETIVOS:

- Subsidiar as autoridades públicas para novas decisões relacionadas à flexibilização da quarentena voltadas à liberação das práticas de atividades físicas;
- Através desta Nota Técnica, estabelecermos algumas ações para o atendimento nas práticas de atividades físicas.

### RETORNO DAS ATIVIDADES:

- O responsável deverá estabelecer o número de participantes por turma ou sessão, disponibilizando ferramentas para confirmações e liberações de presença;
- Como existe a limitação na quantidade de atendimentos por sessão, o aluno deverá agendar seu horário, possibilitando o controle do número máximo por turma;
- Toda a parte de higienização deverá ser feita com álcool gel 70% ou água e sabão.

#### 1. Ingresso no Estabelecimento/Local da Atividade:

Manter um pano úmido com produto específico (água sanitária) para limpeza do solado do calçado.

#### 2. No Balcão de Atendimento:

Manter a distância de 1,5m dos atendentes, passar álcool gel 70% nas mãos antes/depois de assinar documentos ou efetuar pagamentos.

#### 3. Na Catraca:

Passar álcool gel 70% antes de passar o dedo na digital, empurrar o braço da catraca com a parte do corpo coberta pela roupa. O mesmo para as portas e maçanetas.

#### 4. BWC e Lavatórios:

Disponibilizar álcool gel 70% e/ou sabão em barra para lavar as mãos, secando com papel toalha. Dentro do possível, NÃO utilizar os chuveiros.

#### 5. Durante a Prática da Atividade Física:

- Cuidar para que o contato com o Professor e/ou Colega seja respeitando a distância mínima de 1,5m;
- Evitar exercícios que sejam necessários colocar as mãos diretamente no solo;
- Sugere-se que cada aluno traga o seu álcool gel 70% e sua toalha para higienizar;
- Manter os colchonetes, acessórios e equipamentos higienizados com álcool gel 70% ao término de cada sessão.

#### 6. Bebedouros de esguicho:

Temporariamente interditados, portanto cada aluno deve trazer sua garrafa de água.

#### 7. Ventilação dos Ambientes:

Seguindo as orientações da OMS, devemos manter os ambientes de forma natural, abertos e ventilados. NÃO se aconselha o uso de Climatizadores e condicionadores de ar.

#### 8. Participações dos Idosos:

Idosos devem seguir as orientações das autoridades de saúde e permanecer em isolamento devido a facilidade de contágio para esta faixa etária.

#### 9. Contatos de Mídias Sociais:

Utilizar o máximo possível todas as ferramentas para fazer toda e qualquer informação oficial coletiva ou particular, como vídeo aulas e lives, sempre atendendo as orientações do CREF3/SC.

#### 10. Membros da Equipe de Trabalho:

- Proporcionar e divulgar toda e qualquer normativa de segurança que possa agregar segurança aos colaboradores e clientes;
- Aferir a temperatura corporal e sintomas de cada membro no início e término do seu turno de trabalho e, em caso de suspeita ou sintomas, deverá afastar o membro da equipe;
- Documentar em planilha as aferições realizadas diariamente;
- Usar luva específica e/ou máscara para atuação no trabalho.



## DE ORDEM ESPECÍFICA POR ÁREAS DE ATUAÇÃO:

### 1. Exames de Avaliação Física Funcional:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- O Profissional que fará o exame deve usar máscara e luvas específicas para a atuação, conforme protocolo para atendentes de saúde;
- Os instrumentos devem ser todos higienizados a cada momento de utilização.

### 2. Academias de Ginástica/Musculação/Cross Fit/Box Funcionais/Estúdios/Danças:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Esteiras/bikes/Elipticon/Escada disponíveis para utilização com a distância sugerida de 1,5m;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Pense sempre no coletivo, mantendo os equipamentos e acessórios higienizados pós o uso.

### 3. Escolas de Nataação/Hidroginástica/Hidroterapia e afins...

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Cada aluno deve trazer sua toalha de casa;
- Evitar o compartilhamento de material para uso na aula, salvo se houver higienização;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Para acompanhantes de criança nas aulas, sugerimos a permanência em área protegida, após, no encaminhamento ao vestiário, fazer do uso de todas as medidas indicativas de segurança, permanecendo o menor tempo possível no espaço; recomenda-se não utilizar o vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Manter a dosagem de hipoclorito da piscina no mínimo 1 ppm para aumentar a higienização e reduzir possibilidades de contágio.

### 4. Academias de Lutas e Áreas Afins:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugere-se que as atividades de contato sejam evitadas neste momento, dando ênfase as partes de Kata, Técnicas de Movimento e Condicionamento Físico Geral;
- Sugerimos não trazer mochila e ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno deve manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos.

### 5. Escolinhas e Práticas Desportivas:

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Sugerimos não trazer mochila e/ou sacola para dentro da área de trabalho;
- Aluno manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para no máximo 50% de público limite da sala/ambiente por hora aula;
- Elaborar atividades de desenvolvimento de técnicas individuais;
- Não realizar atividades de táticas coletivas, evitando contato entre alunos;
- Recomenda-se não utilizar o Vestiário, exceto de maneira pontual e prática, evitando aglomerações;
- Temporariamente faça higienização das mãos;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa.

#### **6. Atividades ao Ar Livre (caminhada, corrida, bike, skate...)**

- Seguir as Normas Gerais propostas pela Nota Técnica;
- Evitar locais onde já existam outros praticantes ou pessoas;
- Os praticantes devem manter a distância sugerida de 1,5m entre as pessoas;
- Recomenda-se ministrar aulas para um público individualizado e/ou de no máximo 50% do número atendido normalmente por hora;
- Orientar sempre o uso da hidratação constante com a garrafa pessoal, evitando de cuspir ao chão a fim de não correr o risco de infectar outra pessoa;
- Usar sempre um calçado indicado e adequado para cada modalidade desenvolvida. Após o uso, fazer a devida limpeza;
- Evitar de levar as mãos ao rosto durante o treino e lave as mãos adequadamente ao final do treino.

---

### **DOCUMENTO ELABORADO PELOS MEMBROS DAS RESPECTIVAS COMISSÕES**

**Comissão de Orientação e Fiscalização**

**Comissão de Atividade Física e Saúde**

**Florianópolis, 03 de Abril de 2020**



**CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
CREF3 - SANTA CATARINA  
SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL**



Ofício nº 0300/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

V.Exa.  
Volnei Weber  
Deputado Estadual de Santa Catarina  
Florianópolis - SC

Senhor Deputado,

O Conselho Regional de Educação Física da 3ª Região – CREF3/SC, Autarquia Federal constituída na forma da Lei nº. 9.696/98, vem através deste, solicitar manifestação junto ao governo do Estado, para avaliação quanto à possibilidade de flexibilização das medidas adotadas, para abertura das academias a partir de 13 de abril de 2020, tomando-se medidas preventivas. As informações veiculadas pelos meios de comunicação apontam que SC atende as recomendações do Ministério da Saúde para as medidas de flexibilização, como já tem ocorrido em vários setores. Entendemos que os serviços oferecidos nesses estabelecimentos, tomando-se as medidas de prevenção conforme nota técnica (em anexo), elaborada por este conselho profissional e demais medidas orientativas dos órgãos de governo são vetores de promoção da saúde e aumento da imunidade dos usuários.

Certo de sua compreensão, reiteramos votos de consideração e apreço.

  
Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC

