

## Mensagem Externa 4.323/2020

---

**De:** Debora Grizante - DECAD

**Para:** Casa Civil de Santa Catarina

**Data:** 08/04/2020 às 18:44:21

**Setores (CC):**

Protocolo

**Setores envolvidos:**

DECAD, Protocolo

### Ofício 0302/2020

Prezados,

Encaminho via correspondência eletrônica o Ofício 0302/2020 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 0302-2020 Casa Civil.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 0302/2020/DECAD

Florianópolis, 08 de abril de 2020.

Ao Senhor  
Douglas Borba  
Chefe da Casa Civil  
Florianópolis - SC

Prezado Senhor,

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 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.

Atenciosamente,

Irineu Wolney Furtado  
Presidente  
CREF 003767-G/SC

