



# NOTA TÉCNICA DO CREF1 SOBRE O CORONAVÍRUS (COVID-19)

O CREF1 esteve na manhã de 13 de março (sexta-feira) no CREMERJ para discutir medidas e orientação à população praticante de atividades físicas em academias, studios e afins do estado do Rio de Janeiro e aos Profissionais de Educação Física sobre a transmissão comunitária do coronavírus (quando já não é mais possível identificar a origem da infecção).

**1** – Essas orientações valem especificamente para o estado do Rio de Janeiro, onde a pandemia exige medidas mais restritivas. Para o Espírito Santo, devem aguardar novos posicionamentos e, até lá, agir com bom senso;

**2** - Todos os idosos com mais de 60 anos devem permanecer em suas casas como orienta o Ministério da Saúde e o CREMERJ. O Profissional de Educação Física poderá prescrever exercícios físicos para serem realizados em casa, preservando o condicionamento respiratório, imunidade, respeitando a individualidade de cada aluno/cliente;

**3** – A orientação para permanecer em casa se estende a pessoas com baixa imunidade (asma, pneumonia, tuberculose, câncer, renais crônicos e transplantados) ou pessoas que já tenham tido contato com grupos de riscos, pessoas infectadas e/ou casos suspeitos;

**4** – Que as academias incentivem que seus alunos/clientes ao chegarem lavem as mãos com água e sabão, com tempo de duração não inferior de 20 a 30 segundos, na forma orientada pelo Ministério da Saúde;



## NOTA TÉCNICA DO CREF1 SOBRE O CORONAVÍRUS (COVID-19)

5 - Que as academias realizem a higienização periódica e constante dos seus equipamentos mantendo a disposição álcool em gel para higienização pessoal de seus alunos/clientes;

6 - Que as academias e os Profissionais de Educação Física orientem os seus alunos/clientes a higienizarem as mãos ao mudarem de estação ou de equipamento utilizado, mitigando a transmissão do vírus, segundo orientação do Ministério da Saúde;

7 - Que as academias, principalmente as que possuem elevado número de alunos, adotem medidas para reduzir significativamente a aglomeração de alunos/clientes, mantendo 1m de distância de um aparelho para o outro e limitando o número de alunos para que não ultrapasse mais que 1 aluno a cada 2m<sup>2</sup> nos exercícios livres ou small groups. Atividades ao ar livre podem ser uma opção;

8 - Estão suspensas as aulas coletivas nesse período de transmissão comunitária. A aglomeração é o principal fator de transmissão segundo orientações do CREMERJ e Ministério da Saúde;

9 - Todos os eventos, jornadas e capacitações em SBV estão suspensas por 15 dias. Ao final deste prazo, o CREF1 fará uma nova avaliação da situação em consonância com as orientações do Ministério da Saúde e do Poder Executivo municipal, estadual e federal;



# NOTA TÉCNICA DO CREF1 SOBRE O CORONAVÍRUS (COVID-19)

**10** – As Caravanas Digitais no Estado do Rio de Janeiro também estão suspensas por 15 dias.;

**11** – Também estão suspensas todas as reuniões de Comissões Regionais, Comissões Municipais, Comissão de Ética, Plenário do CREF1 e reunião de diretoria;

**12** – Todos os Postos e Sedes do CREF1 estarão funcionando normalmente, observando criteriosamente as normas de higiene preconizadas pelo Ministério da Saúde. Todos os funcionários com mais de 60 anos, ou que estejam enquadrados em alguma classificação de risco estarão trabalhando na modalidade de Home Office por 15 dias.

Essas medidas podem ser modificadas a qualquer momento. Estaremos em tempo real observando as orientações do Ministério da Saúde quanto ao avanço e propagação da doença.

**Rogério Silva de Melo**  
**Presidente CREF1**