Rio das Ostras, 05 de junho de 2020.

OFÍCIO CREF1

ASSUNTO COVID 19 - Proposição de Normas e Condutas para a flexibilização e reabertura gradativa dos espaços ao ar livre e atividades aquáticas em águas abertas, estúdios de personal, Box de crossfit, academias e atividades aquáticas em piscinas.

O CONSELHO REGIONAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA DA PRIMEIRA REGIÃO - CREF1, neste ato representado pela COMISSÃO REGIONAL DO CREF1 EM RIO DAS OSTRAS representando 347 profissionais atuantes neste município e devidamente autorizadas pelo presidente do CREF1, vimos através deste documento, apresentar um conjunto de Normas e Condutas a serem implementadas pelos profissionais e estabelecimentos que oferecem atividades físicas ao ar livre, tendo em vista que cidades vizinhas (Araruama, São Pedro D'Aldeia, Resende e Três Rios) já liberaram estes espaços para atuação dos profissionais de Educação física e não houve aumento de contaminação pelo COVID-19 mostrando assim ser uma atividade segura e com fito de que se permita também a REABERTURA GRADATIVA de estúdios de personal, centros de atividades aquáticas e academias.

Primeiramente, cumpre-nos ressaltar que o Profissional de Educação Física é um profissional de Saúde, reconhecido pela resolução do CNS Nº 287, de 8 de outubro de 1998 e CBO 2241-40 e que foi recentemente convocado para capacitação do Ministério da Saúde – "O Brasil Conta Comigo – Profissionais da Saúde" portanto, apto a trabalhar de forma segura no enfrentamento à pandemia do coronavírus, bem como sermos agentes multiplicadores de conhecimentos e comportamentos sobre as medidas profiláticas necessárias para a não proliferação do vírus, seguindo as orientações da Organização Mundial de Saúde e do Ministério da Saúde.

Cabe ressaltar que a Sociedade Brasileira de Medicina do Exercício e do Esporte (SBMEE), informa que a prática regular de exercícios físicos está associada a melhora das funções

imunológicas em seres humanos, otimizando as defesas do organismo diante de agentes infecciosos e que é uma importante ferramenta no tratamento e prevenção de doenças como diabetes, hipertensão, doenças cardiovasculares, depressão, entre outras, pois pessoas com estas patologias estão mais suscetíveis as complicações e agravamento pelo COVID-19.

Desta forma, sabedores da responsabilidade que recai sobre nossa categoria quanto a necessária intervenção dos Profissionais de Educação Física na promoção de saúde física e mental da sociedade riostrense, passamos a apresentar as seguintes normas e condutas que possibilitam a flexibilização e a reabertura gradativa dos espaços ao ar livre e atividades aquáticas em águas abertas, estúdios de personal, boxes de crossfit, academias e atividades aquáticas em piscinas.

1- Atividades aquáticas em águas abertas:

1.1 -Todos os alunos e professores deverão usar máscara, os alunos poderão retirar a máscara para iniciar as atividades aquáticas e os professores permanecerão com a máscara durante todo o tempo sendo orientados a trocá-las caso estejam úmidas.

1.2 -Disponibilização de álcool em gel 70% para todos.

1.3 -Não haverá a utilização de matérias de uso coletivo, tais como pranchinha e flutuadores.

1.4 -As aulas não serão ministradas em grupos, e sim de forma individual.

2 -Atividades ao ar livre em praias e praças:

2.1- Manter o distanciamento social de no mínimo de 1,5m.
2.2- Fazer uso de materiais próprios tais como, canga, toalhas e garrafas de águas para hidratação.

2.3- Não será permitido a permanência do aluno nas áreas após o término da aula.

3 -Estúdio de Personal, Academias e Box de Crossfit:

3.1 -A entrada e número de clientes no estabelecimento serão planejada e organizada afim de que não haja aglomeração.

3.2 -Alunos de grupos de riscos terão horários diferenciados dos demais.

3.3- Realização de entrevista: a) Histórico de viagens; b) Contato com alguém exposto; c) Apresentação de sintomas.

3.4- Uso obrigatório do Álcool 70° ou outro produto comprovadamente eficaz, para higienização dos equipamentos, por parte do aluno após o uso e lixeiras com tampas para descarte sem manuseio e Sanitização geral dos espaços durante o dia com hipoclorito de sódio ou outro produto comprovadamente eficaz na eliminação do vírus.

3.5- Uso obrigatório de toalhas e garrafas individuais.

3.6- Será colocado na entrada dos estabelecimentos panos de chão embebidos de hipoclorito de sódio ao qual o aluno deverá fazer a limpeza dos tênis antes de sua entrada.

3.7- Demarcação de áreas no solo ao redor dos aparelhos para fácil visualização do correto distanciamento sanitário.
Todos os alunos serão orientados a acessar os espaços com material de EPI (máscara de tecido).

3.8- Todos os profissionais de Educação Física e colaboradores deverão estar obrigatoriamente de EPI (máscara de tecido) e serem capacitados e orientados sobre as medidas de prevenção.

4- Atividades aquáticas em piscinas:
4.1- O aluno(a) virá de casa com maio ou sunga por debaixo da roupa, tendo em vista que os vestiários estarão fechados para o uso do coletivo.

4.2- Disponibilizar, próximo a borda das piscinas, recipiente de álcool em gel a 70% para que clientes usem antes de tocar na escada ou nas bordas e, também, observar as normas de distanciamento e higiene recomendadas.

4.3- Limpar escadas, corrimão e material após cada aula.

4.4- Atendimento com número de alunos que seja compatível com o tamanho da piscina, com espaçamento social afim de que não haja aglomeração.

4.5- Só será permitido a presença de alunos e professor na piscina

Os estabelecimentos estarão sempre disponíveis para vistoria, orientação e fiscalização pelos órgãos competentes (CREF1 e ANVISA).

Diante do exposto, irmanados no enfrentamento desta pandemia pelo coronavírus nos colocamos a disposição dos órgãos competentes para contribuir com qualquer discussão pertinente ao assunto como órgão consultivo na prevenção e promoção da saúde.

Atenciosamente, Conselho Regional de Educação Física – CREF1/RJ, aqui representado pela Comissão Regional de Rio das Ostras.