



CÂMARA MUNICIPAL DE GUARAREMA

ESTADO DE SÃO PAULO
www.cmguararema.sp.gov.br

MOÇÃO DE APELO N° 02/2020

Colendo Plenário,

A presente Moção tem como principal objetivo solicitar que as academias possam ser incluídas na Fase 3, amarela, do Plano São Paulo de Retomada Consciente anunciado no último dia 27 de maio do corrente pelo Excelentíssimo Senhor Governador do Estado de São Paulo, João Doria.

JUSTIFICATIVA

Guararema se encontra hoje na Fase 2, laranja, do Plano São Paulo de Retomada Consciente, em que são permitidos que sejam abertos, com restrições, os comércios, shopping centers, escritórios e concessionárias, o que não inclui a abertura de academias, pois esta está prevista, com restrições, apenas na penúltima fase (Fase 4, verde) do Plano.

A Fase 4, verde, infelizmente e por ora, se encontra distante do nosso município e dos demais da nossa Região do Alto Tietê, conseqüentemente, a retomada das atividades das academias também.

É sabido que a falta de atividade física compromete de modo irremediável a saúde das pessoas. As comorbidades associadas ao isolamento social em que vivemos atualmente poderão ser minimizadas pela prática de atividades físicas monitoradas por profissionais de Educação Física habilitados e licenciados, num ambiente totalmente seguro à prática que as academias propiciam.

As academias deverão seguir os Procedimentos de Reabertura de Academias ditados pela ACAD Brasil - Associação Brasileira de Academias e pelo CREF4/SP - Conselho Regional de Educação Física da 4ª Região (docs. anexos), que elaboraram um material seguindo as orientações e informações da Organização Mundial da Saúde e do Ministério da Saúde, para preservar a saúde dos frequentadores de academias, sendo fundamental que sigam todos os procedimentos de segurança no momento em que os órgãos públicos autorizarem a sua reabertura, a fim de reduzir a contaminação do COVID-19.



CÂMARA MUNICIPAL DE GUARAREMA

ESTADO DE SÃO PAULO

www.cmguararema.sp.gov.br

Por outro lado, os índices demonstram melhoria na situação do Alto Tietê na ocupação dos leitos de UTI, na variação de casos confirmados, de internações e de óbitos, além do aumento de novos leitos de UTI, e acreditamos que Guararema apresenta condições favoráveis para avançar em breve à Fase 3, amarela.

Assim, se o Governo do Estado permitir que as academias passem a constar na Fase 3 (amarela) do Plano São Paulo de Retomada Consciente, para que elas retomem com segurança durante o estado da pandemia do COVID-19 (Novo Coronavírus), claro que com todas as regras e protocolos sanitários de higiene e limitações de fluxo de pessoas, certamente as comorbidades irão diminuir, pois as pessoas voltarão a realizar as atividades físicas, com todo cuidado que o atual cenário requer, e melhorarão sua saúde.

Diante ao exposto, apresentamos esta Moção de Apelo ao Excelentíssimo Senhor Governador do Estado de São Paulo João Doria para que as academias passem a constar na Fase 3 (amarela) do Plano São Paulo de Retomada Consciente.

Sala das Sessões, 6 de Julho de 2020.

Eduardo Aparecido Moreira Floranco
Vereador

Antonio Carlos Borges
Antonio Carlos Borges
Vereador

Claudinei Santos de Oliveira
Claudinei Santos de Oliveira
Vereador

Egilson Souza Moreira Filho
Egilson Souza Moreira Filho
Vereador

José Francisco Beraldo Junior
José Francisco Beraldo Junior
Vereador

Odvane Rodrigues da Silva
Odvane Rodrigues da Silva
Vereador

André Costa da Silva
André Costa da Silva
Vereador

Eduardo Maia da Silva
Eduardo Maia da Silva
Vereador

Irineu Claudio Leite
Irineu Claudio Leite
Vereador

José Francisco da Fonseca
José Francisco da Fonseca
Vereador

Sidnei Santos Leal
Sidnei Santos Leal
Vereador



CÂMARA MUNICIPAL DE GUARAREMA

ESTADO DE SÃO PAULO

www.cmguararema.sp.gov.br

ANEXO DA MOÇÃO DE APELO Nº 02/2020



Procedimentos de Reabertura das Academias



Para preservar a saúde dos frequentadores de academias, é fundamental que todas sigam, no momento em que os órgãos públicos autorizarem a sua reabertura, estes procedimentos de segurança, a fim de reduzir a contaminação do COVID-19 dentro de suas unidades.

Esse material foi construído seguindo as orientações e as informações dos órgãos públicos, tais como Organização Mundial da Saúde (OMS) e o Ministério da Saúde. Também foi tomado como base o histórico de regiões onde o pico da pandemia já passou e o processo de reabertura das academias já está sendo realizado, como na China e outros locais da Europa.



CÂMARA MUNICIPAL DE GUARAREMA

ESTADO DE SÃO PAULO

www.cmguararema.sp.gov.br

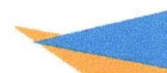
ANEXO DA MOÇÃO DE APELO Nº 02/2020

Procedimentos de Reabertura das Academias



LIMPEZA GERAL DAS UNIDADES:

- 1 Disponibilizar recipientes com álcool em gel a 70% para uso por clientes e colaboradores em todas as áreas da academia (recepção, musculação, peso livre, salas de coletivas, piscina, vestiários, kids room, etc).
- 2 Durante o horário de funcionamento da academia, fechar cada área de 1 a 2 vezes ao dia por, pelo menos 30 minutos, para limpeza geral e desinfecção dos ambientes.
- 3 Posicionar kits de limpeza em pontos estratégicos das áreas de musculação e peso livre, contendo toalhas de papel e produto específico de higienização para que os clientes possam usar nos equipamentos de treino, como colchonetes, halteres e máquinas. No mesmo local, deve haver orientação para descarte imediato das toalhas de papel.



Procedimentos de Reabertura das Academias



USO OBRIGATÓRIO DE EQUIPAMENTO DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL (EPIs) PARA FUNCIONÁRIOS, PERSONAL TRAINERS E TERCEIRIZADOS:

- 1 Máscaras (por recepcionistas, professores, equipe de limpeza e gerentes)
- 2 Luvas (por recepcionistas, professores e equipe de limpeza)

Devem ser seguidas todas as orientações da Organização Mundial de Saúde para uso desses equipamentos.





CÂMARA MUNICIPAL DE GUARAREMA

ESTADO DE SÃO PAULO

www.cmguararema.sp.gov.br

ANEXO DA MOÇÃO DE APELO Nº 02/2020

Procedimentos de Reabertura das Academias



MEDIDAS OPERACIONAIS PREVENTIVAS:

- 1 Medir com termômetro do tipo eletrônico à distância a temperatura de todos os entrantes. Caso seja apontada uma temperatura superior a 37,8 °C, não será autorizada a entrada da pessoa na academia, incluindo clientes, colaboradores e terceirizados.
- 2 Se algum colaborador apresentar febre alta junto com algum outro sintoma de COVID-19, informar imediatamente à gerência local.
- 3 No caso do uso de leitor de digital para entrada na academia, deve-se disponibilizar um recipiente de álcool em gel a 70% ao lado da catraca. Além disso, o cliente deve ter a opção de acessar à academia comunicando a recepcionista seu número de matrícula ou seu CPF, para que não precise tocar no leitor digital.
- 4 Limitar a quantidade de clientes que entram na academia: ocupação simultânea de 1 cliente a cada 4 m² (áreas de treino, piscina e vestiário).
- 5 Delimitar com fita o espaço em que cada cliente deve se exercitar nas áreas de peso livre e nas salas de atividades coletivas. Cada cliente deve ficar a 1,5 m de distância do outro.
- 6 Utilizar apenas 50% dos aparelhos de cardio, ou seja, deixar o espaçamento de um equipamento sem uso para o outro. Fazer o mesmo com os armários.
- 7 Liberar a saída de água no bebedouro somente para uso de garrafas próprias.
- 8 Realizar o congelamento dos planos de clientes acima de 60 anos de idade, quando solicitado.
- 9 Comunicar para os clientes trazerem as suas próprias toalhas para ajudar na manutenção da higiene dos equipamentos.
- 10 Renovar todo o ar do ambiente, de acordo com a exigência da legislação (pelo menos, 7 vezes por hora), e fazer a troca dos filtros de ar, no mínimo 1 vez por mês, usando pastilhas adequadas para higienização nas bandejas do aparelho.
- 11 Expor aos clientes todos os manuais de orientação que possam ajudar a combater a contaminação do COVID-19.
- 12 Capacitar todos os colaboradores em como orientar os clientes sobre as medidas de prevenção.



Procedimentos de Reabertura das Academias



RECOMENDAÇÕES PARA PISCINA:

- 1 Disponibilizar, próximo à entrada da piscina, recipiente de álcool em gel a 70% para que os clientes usem antes de tocar na escada ou nas bordas da piscina.
- 2 Exigir o uso de chinelos no ambiente de práticas aquáticas.
- 3 Disponibilizar, na área da piscina, suportes para que cada cliente possa pendurar sua toalha de forma individual.
- 4 Após o término de cada aula, higienizar as escadas, balizas e bordas da piscina.





CÂMARA MUNICIPAL DE GUARAREMA

ESTADO DE SÃO PAULO

www.cmguararema.sp.gov.br

ANEXO DA MOÇÃO DE APELO Nº 02/2020

Procedimentos de Reabertura das Academias



COMUNICAÇÃO COM FUNCIONÁRIOS, PERSONAL TRAINERS E TERCEIRIZADOS:

Eles devem receber as devidas orientações sobre:

1. Utilização dos EPIs para trabalho.
2. Limpeza das mãos com água e sabão (como lavá-las e com qual frequência). O mesmo vale para higienização com álcool em gel.
3. Utilização do termômetro.



Procedimentos de Reabertura das Academias



COMUNICAÇÃO COM CLIENTES:

Divulgar os comunicados com orientações para clientes sobre:

1. Higienização das mãos com água e sabão e/ou álcool em gel a 70% (como e com qual frequência).
2. Uso de garrafa de água individual.
3. Uso de toalha individual.
4. Restrição de que não será autorizada a entrada de clientes nem funcionários e terceirizados com temperatura acima de 37,8 °C.
5. Gráfico com a frequência diária por horário.
6. Recomendação para que os clientes evitem horários de pico e se programem para treinar em horários alternativos



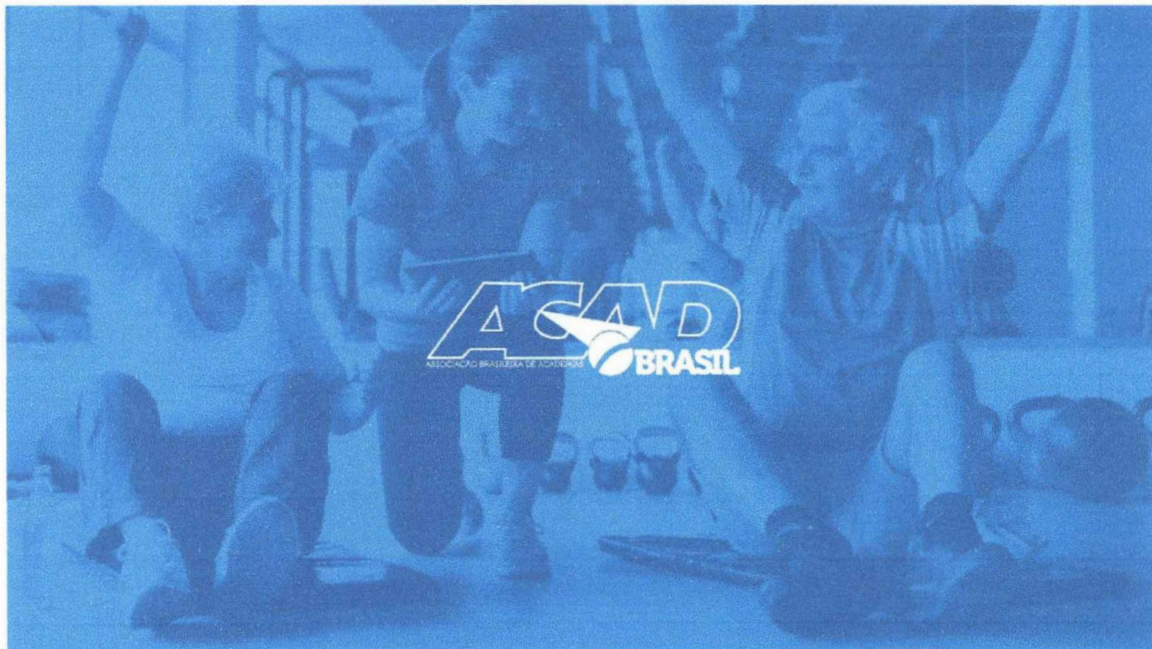


CÂMARA MUNICIPAL DE GUARAREMA

ESTADO DE SÃO PAULO

www.cmguararema.sp.gov.br

ANEXO DA MOÇÃO DE APELO Nº 02/2020



Procedimentos de **Reabertura** de **Academias**



Conselho Regional
de Educação Física
da 4ª Região

SOMOS NÓS, FORTALECENDO A PROFISSÃO



CÂMARA MUNICIPAL DE GUARAREMA

ESTADO DE SÃO PAULO

www.cmguararema.sp.gov.br

ANEXO DA MOÇÃO DE APELO Nº 02/2020

Para preservar a saúde dos frequentadores de academias,

sugerimos que, após os órgãos públicos autorizarem a sua reabertura, todas as academias sigam estes procedimentos de segurança durante as 4 (quatro) primeiras semanas. O objetivo é reduzir o risco de contaminação do COVID-19 dentro das unidades. DEPOIS DESSE PERÍODO, É POSSÍVEL VOLTAR À NORMALIDADE DA OPERAÇÃO.

Esse material foi construído seguindo as orientações e as informações dos órgãos públicos, tais como **Organização Mundial da Saúde (OMS) e o Ministério da Saúde**. Também foi tomado como base o histórico de regiões onde o pico da pandemia já passou e o processo de reabertura das academias já está sendo realizado, como na China e outros locais da Europa.

Procedimentos de Reabertura das Academias



CÂMARA MUNICIPAL DE GUARAREMA

ESTADO DE SÃO PAULO

www.cmguararema.sp.gov.br

ANEXO DA MOÇÃO DE APELO Nº 02/2020

LIMPEZA GERAL DAS UNIDADES:



1/

Disponibilizar recipientes com **álcool em gel a 70%** para uso por clientes e colaboradores em todas as áreas da academia (recepção, musculação, peso livre, salas de coletivas, piscina, vestiários, kids room, etc).



2/

Durante o horário de funcionamento da academia, fechar cada área de **1 a 2 vezes** ao dia por, pelo menos **30 minutos**, para limpeza geral e desinfecção dos ambientes.

Procedimentos de **R**abertura das Academias

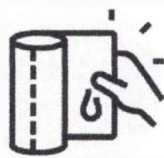


CÂMARA MUNICIPAL DE GUARAREMA

ESTADO DE SÃO PAULO

www.cmguararema.sp.gov.br

ANEXO DA MOÇÃO DE APELO Nº 02/2020



3/

Posicionar kits de limpeza em pontos estratégicos das áreas de musculação e peso livre, contendo toalhas de papel e produto específico de higienização para que os clientes possam usar nos equipamentos de treino, como colchonetes, halteres e máquinas. No mesmo local, deve haver orientação para descarte imediato das toalhas de papel.



CÂMARA MUNICIPAL DE GUARAREMA

ESTADO DE SÃO PAULO

www.cmguararema.sp.gov.br

ANEXO DA MOÇÃO DE APELO Nº 02/2020

USO OBRIGATÓRIO DE
EQUIPAMENTO DE
PROTEÇÃO INDIVIDUAL
**(EPIs) PARA FUNCIONÁRIOS,
PERSONAL TRAINERS
E TERCEIRIZADOS:**



Máscaras

(por recepcionistas,
professores, equipe de
limpeza, gerentes e
terceiros)

Devem ser seguidas todas as
orientações da **Organização
Mundial de Saúde** para uso
desse equipamento.

Procedimentos de **Reabertura das Academias**



CÂMARA MUNICIPAL DE GUARAREMA

ESTADO DE SÃO PAULO

www.cmguararema.sp.gov.br

ANEXO DA MOÇÃO DE APELO Nº 02/2020

Medidas operacionais preventivas:



1/

RECOMENDA-SE MEDIR COM TERMÔMETRO DO TIPO ELETRÔNICO À DISTÂNCIA A TEMPERATURA DE TODOS OS ENTRANTES.

Caso seja apontada uma temperatura superior a **37,8 °C**, recomenda-se não autorizar a entrada da pessoa na academia, incluindo clientes, colaboradores e terceirizados.

2/

SE ALGUM COLABORADOR APRESENTAR FEBRE ALTA

junto com algum outro sintoma de **COVID-19**, informar imediatamente à gerência local.



Procedimentos de Reabertura das Academias



CÂMARA MUNICIPAL DE GUARAREMA

ESTADO DE SÃO PAULO

www.cmguararema.sp.gov.br

ANEXO DA MOÇÃO DE APELO Nº 02/2020

3/

NO CASO DO USO DE LEITOR DE DIGITAL PARA ENTRADA NA ACADEMIA, deve-se disponibilizar um recipiente de **álcool em gel a 70%** ao lado da catraca. Além disso, o cliente deve ter a opção de acessar à academia comunicando à recepcionista seu número de matrícula ou seu CPF, para que **não precise tocar no leitor digital**.

.....

4/

LIMITAR A QUANTIDADE DE CLIENTES QUE ENTRAM NA ACADEMIA: ocupação simultânea de **1 cliente a cada 4 m²** (áreas de treino, piscina e vestiário).



Procedimentos de Reabertura das Academias



CÂMARA MUNICIPAL DE GUARAREMA

ESTADO DE SÃO PAULO

www.cmguararema.sp.gov.br

ANEXO DA MOÇÃO DE APELO Nº 02/2020

5/

DELIMITAR COM FITA O ESPAÇO

em que cada cliente deve se exercitar nas áreas de peso livre e nas salas de atividades coletivas. Cada cliente deve ficar a **1.5 m** de distância do outro.

.....

6/

UTILIZAR APENAS 50% DOS

APARELHOS DE CÁRDIO, ou seja, deixar o espaçamento de um equipamento sem uso para o outro. Fazer o mesmo com os armários.

.....

7/

LIBERAR A SAÍDA DE ÁGUA

no bebedouro somente para uso de garrafas próprias



Procedimentos de Reabertura das Academias



CÂMARA MUNICIPAL DE GUARAREMA

ESTADO DE SÃO PAULO

www.cmguararema.sp.gov.br

ANEXO DA MOÇÃO DE APELO Nº 02/2020

8/

REALIZAR O CONGELAMENTO DOS PLANOS de clientes acima de **60 anos** de idade, quando solicitado.

.....

9/

RENOVAR TODO O AR DO AMBIENTE, DE ACORDO COM A EXIGÊNCIA DA LEGISLAÇÃO (pelo menos, **7 vezes por hora**), e fazer a troca dos filtros de ar, no mínimo **1 vez por mês**, usando pastilhas adequadas para higienização nas bandejas do aparelho.



Procedimentos de Reabertura das Academias



CÂMARA MUNICIPAL DE GUARAREMA

ESTADO DE SÃO PAULO

www.cmguararema.sp.gov.br

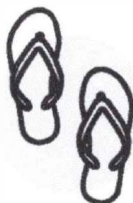
ANEXO DA MOÇÃO DE APELO Nº 02/2020

Recomendações para piscina:



1/

Disponibilizar, próximo à entrada da piscina, recipiente de **álcool em gel a 70%** para que os clientes usem antes de tocar na escada ou nas bordas da piscina.



2/

Exigir o uso de chinelos no ambiente de práticas aquáticas.

Procedimentos de Reabertura das Academias



CÂMARA MUNICIPAL DE GUARAREMA

ESTADO DE SÃO PAULO

www.cmguararema.sp.gov.br

ANEXO DA MOÇÃO DE APELO Nº 02/2020



3/

Disponibilizar, na área da piscina, suportes para que cada cliente possa **pendurar sua toalha** de forma individual.



4/

Após o término de cada aula, **higienizar as escadas, balizas e bordas da piscina.**

Procedimentos de Reabertura das Academias



CÂMARA MUNICIPAL DE GUARAREMA

ESTADO DE SÃO PAULO
www.cmguararema.sp.gov.br

ANEXO DA MOÇÃO DE APELO Nº 02/2020

Comunicação com funcionários, personal trainers e tercerizados:



Eles devem receber as devidas orientações sobre:



Utilização dos EPIs para trabalho.



Limpeza das mãos com água e sabão (como lavá-las e com qual frequência). O mesmo vale para higienização com álcool em gel.



Utilização do termômetro.

Procedimentos de Reabertura das Academias



CÂMARA MUNICIPAL DE GUARAREMA

ESTADO DE SÃO PAULO

www.cmguararema.sp.gov.br

ANEXO DA MOÇÃO DE APELO Nº 02/2020

Restrição de que não será autorizada a entrada de clientes nem funcionários e terceirizados com temperatura acima de 37.8 °C.

4

Gráfico com a frequência diária por horário.

5

Recomendação para que os clientes evitem horários de pico e se programem para treinar em horários alternativos.

6

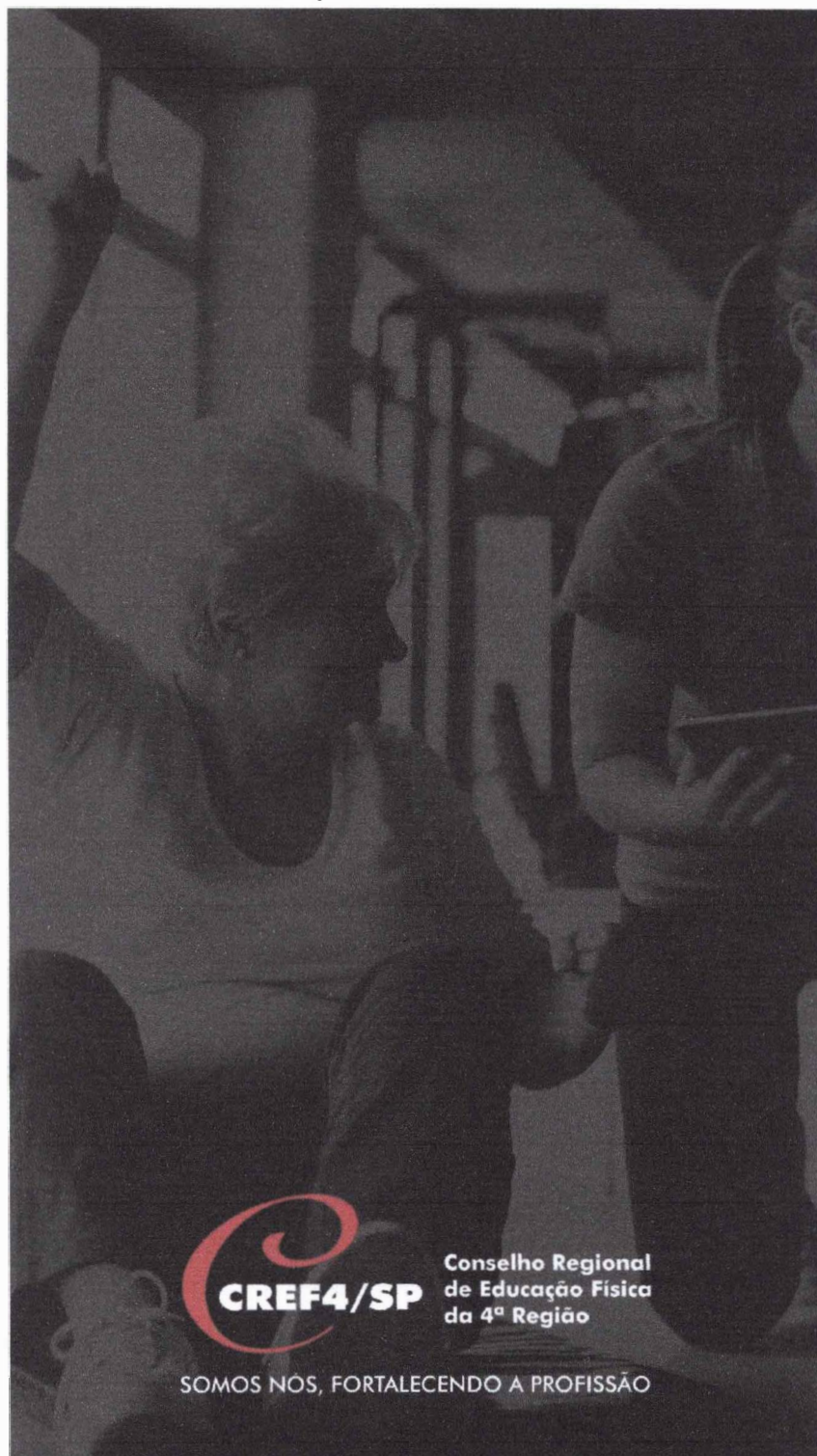


CÂMARA MUNICIPAL DE GUARAREMA

ESTADO DE SÃO PAULO

www.cmguararema.sp.gov.br

ANEXO DA MOÇÃO DE APELO Nº 02/2020



CREF4/SP

Conselho Regional
de Educação Física
da 4ª Região

SOMOS NOS, FORTALECENDO A PROFISSÃO