



**CARTILHA
SOBRE O COVID-19
E A RETOMADA
DAS ATIVIDADES**

O Sindicato dos Profissionais da Dança do Rio de Janeiro, preocupado com todos os profissionais que esta Entidade Sindical representa, elaborou essa Cartilha com orientações e informações sobre o gradual processo de retorno das atividades em todo o território do Estado do Rio de Janeiro, de forma a ampará-los e informá-los.

Ao longo do mês de Junho o Comitê de Enfrentamento à Covid-19, o Ministério Público, diferentes Municípios do Estado do Rio de Janeiro e representantes dos comércios e atividades empresariais locais, vem se reunindo e avaliando as situações das cidades diante da pandemia, para que possam de forma gradual e específica retomarem as suas atividades. Dentre essas atividades, estão as escolas de dança e as academias.

Importante que os profissionais da dança pesquisem sobre os decretos municipais dos locais em que atuem, uma vez que os planos e medidas estão sendo adotados de forma específica por cada um desses Municípios.

Esta Cartilha, dará ênfase as medidas e decreto divulgados pela Prefeitura da Cidade do Rio de Janeiro, que concentra o maior número de profissionais de dança, como por exemplo, o Plano de Retomada das Atividades Econômicas, denominado de Programa Rio de Novo. A Prefeitura da Capital do Estado informou, que o programa foi estabelecido com base na avaliação de critérios sanitários, tendo em vista as medidas de enfrentamento à pandemia da Covid-19 e a necessidade primordial de preservação da vida.

Em nota, a gestão do Prefeito Marcelo Crivella anunciou na segunda-feira do dia 01 de junho, a retomada gradual das atividades econômicas na cidade, com início na terça-feira, dia 02 de junho. O programa foi organizado prevendo seis fases para o processo de retomada, com acompanhamento de um Comitê Permanente de Gestão e Execução do Plano de Retorno. A Prefeitura garantiu que a adoção desse planejamento foi unânime por parte do comitê médico-científico que realiza esse assessoramento.

O DECRETO RIO Nº 47488, DE 02 DE JUNHO DE 2020, (disponibilizado no link a seguir) instituiu o Comitê Estratégico para desenvolvimento, aprimoramento, e acompanhamento do Plano de Retomada, em decorrência dos impactos da pandemia da COVID-19, e dá outras providências. De acordo com o Plano municipal, as Academias poderão retornar as atividades com restrições a partir da FASE 3, e a partir da FASE 05 essa abertura já poderá estar normalizada. Vejamos:

PROGRAMA RIO DE NOVO		ATIVIDADES ECONÔMICAS NA RETOMADA RESUMO DAS ATIVIDADES CLASSIFICADAS					
		FASE 1	FASE 2	FASE 3	FASE 4	FASE 5	FASE 6
	COMÉRCIO	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	AMBULANTES	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	LANÇONETE, BAR E RESTAURANTE	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	ACADEMIA	○	○	✓	✓	✓	✓
	SERVIÇOS	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	EDUCAÇÃO	○	○	○	○	○	○
	TURISMO	✓	✓	✓	✓	○	○
	SALÃO DE BELEZA, TATUADOR E ESTÉTICA	○	○	○	○	○	○
	AMBIENTES ABERTOS	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	SAÚDE	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	CULTURA	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	CONSTRUÇÃO	✓	✓	✓	✓	✓	✓
	ESPORTE E LAZER	✓	✓	✓	✓	✓	✓

○ FECHADO ✓ ABERTO COM RESTRIÇÕES ✓ ABERTO

PLANO DE RETOMADA
Atualizado em 2 de junho de 2020

O Decreto também divulga a classificação do risco sanitário relativo ao funcionamento de cada atividade, bem como seus impactos econômicos no município. No artigo 16 do referido decreto, foi estabelecido dez medidas, nomeadas de “**REGRAS DE OURO**”. A prefeitura lançou também, um documento utilizando esta nomenclatura, que contém protocolo de prevenção à COVID-19, com uma série de medidas a serem adotadas no retorno das atividades nas academias de ginástica/de dança (documento disponibilizado no link abaixo).

AS 10 (dez) MEDIDAS DA REGRA DE OURO SÃO:

- 1- Higienizar as mãos antes e depois de cada atividade usando água e sabão líquido ou, quando não for possível, álcool 70% em gel.
- 2- Em áreas de circulação, incluindo banheiros, disponibilizar álcool 70% em gel, dispensadores de sabão líquido e de papel-toalha descartável e lixeiras com tampa, sem acionamento manual.
- 3- Usar obrigatoriamente máscara em todas as áreas comuns, e só retirar durante as refeições.
- 4- Obedecer ao distanciamento de dois metros ou quatro metros quadrados por pessoa, evitando o uso do elevador.
- 5- Manter os ambientes arejados com as janelas e portas abertas e a limpeza dos aparelhos de ar-condicionado em dia.
- 6- Providenciar máscaras, luvas de borracha, toucas e outros equipamentos de proteção individual (EPIs) para as equipes de limpeza e demais funcionários, de acordo com a atividade exercida.
- 7- Reforçar a sensibilização sobre a etiqueta respiratória, a ser adotada em caso de tosse ou espirros: proteger a boca e o nariz com lenço de papel descartável ou o braço, evitando tocar o rosto.
- 8- Encaminhar à assistência médica o funcionário ou colaborador que apresente sintomas da Covid-19.
- 9- Fazer a limpeza concorrente a cada três horas e a limpeza terminal após o expediente, com atenção à necessidade da limpeza imediata.**
- 10- Divulgar em pontos estratégicos os materiais educativos e outros meios de informação sobre as medidas de prevenção à Covid-19, como as Regras de Ouro e a Central 1746.

*As Regras de Ouro são pré-requisitos para a retomada das atividades.

**Entende-se por limpeza concorrente o processo realizado para a manutenção da limpeza durante o funcionamento do estabelecimento. A frequência recomendada é, no mínimo, a cada três horas ou sempre que preciso. A limpeza terminal é mais completa, uma faxina geral antes ou após o encerramento das atividades. A limpeza imediata deve ser feita no momento da ocorrência, quando há, por exemplo, o derramamento acidental de alguma substância no solo. Essa limpeza é fundamental para evitar acidentes e acúmulo de sujidades.

Imprescindível que os profissionais de dança, saibam das medidas que as academias/escolas precisam adotar, para que possam proteger-se e também orientar aos seus alunos. Além das Regras de Ouro, o documento divulgado pela Prefeitura do Rio de Janeiro também orienta sobre **medidas a serem adotadas com relação a recepção e portarias das academias e escolas de dança:**

RECEPÇÃO E PORTARIAS

- 1- A entrada nas academias será autorizada apenas para os clientes com hora marcada. Essa marcação pode ser feita por telefone, aplicativos de mensagens e formulários eletrônicos, entre outros.
- 2- No caso do uso de leitor digital para a entrada na academia, deve-se disponibilizar um recipiente de álcool em gel a 70% ao lado da catraca. O cliente deve ter também a opção de acessar a academia, comunicando à recepcionista o seu número de matrícula ou CPF, para que não precise tocar no leitor digital.
- 3- O número de clientes que entram na academia deve ser limitado, respeitando a ocupação simultânea de um cliente a cada 6,25m².
- 4- É recomendado que a Ficha de Matrícula seja preenchida pelo sistema de pré-check-in, por aplicativos de mensagens ou formulários on-line. Caso não seja possível adotar uma dessas medidas, a orientação é a marcação do distanciamento mínimo exigido (dois metros), evitando a aglomeração de clientes na recepção da academia e a manipulação de produtos de papelaria (papéis e canetas) que podem servir como fontes de contaminação.
- 5- As chaves e chaveiros ou cartões magnéticos dos armários devem ser de material de fácil higienização, devolvidos em uma urna ou outro recipiente similar, devidamente higienizados antes da reutilização.
- 6- As máquinas para pagamento com cartão devem ser protegidas com filme plástico e higienizadas após cada utilização. É recomendado incentivar o pagamento por aproximação do cartão ou QR Code, evitando a manipulação da máquina.
- 7- O álcool gel 70% deve ser disponibilizado para os clientes já na recepção. PARA ENTENDER AS REGRAS DE OURO* 4
- 8- O mobiliário do local deve ser reduzido para facilitar a higienização e a organização das filas (quando houver), respeitando o distanciamento físico mínimo de dois metros, de acordo com o Decreto 47.282**.
- 9- Para evitar fontes de contaminação e facilitar a higienização, deve ser retirado todo o material que pode ser compartilhado ou tocado por diferentes clientes, como jornais, revistas e objetos decorativos da recepção.
- 10- A divulgação das medidas de prevenção à Covid-19 deve ser feita por cartazes e informações verbais como “Para sua segurança, não esqueça de higienizar as mãos” e “O uso da máscara é obrigatório”.
- 11- Divulgar em pontos estratégicos os materiais educativos e outros meios de informação sobre as medidas de prevenção à Covid-19, como as Regras de Ouro e a Central 1746.

ÁREAS DE CIRCULAÇÃO

- 1- O distanciamento mínimo de dois metros entre os frequentadores da academia deve ser respeitado em todas as dependências.
- 2- Nas áreas de peso livre e nas salas de atividades coletivas, deve ser delimitado com fita o espaço para cada cliente se exercitar, respeitando o distanciamento mínimo de dois metros.
- 3- Devem ser disponibilizados kits de limpeza, com álcool 70% ou água sanitária 0,2% e pano multiuso descartável ou papel-toalha, em todas as áreas da academia para que os clientes higienizem os equipamentos e o armário (máquinas, halteres, colchonetes, entre outros) antes da utilização.
- 4- Nesse período de pandemia, fica PROIBIDO o revezamento dos equipamentos entre os clientes.
- 5- Caso a academia forneça toalhas, elas devem ser descartadas pelo cliente em um recipiente com tampa e acionamento por pedal.
- 6- Bebedouros de uso direto não são recomendados.
- 7- Os dispensadores com álcool gel devem ser disponibilizados próximo aos botões de acionamento dos elevadores do térreo e de forma optativa dentro dos elevadores.
- 8- Afixar, em locais visíveis, as Regras de Ouro disponibilizadas nesse material e demais orientações que possam ajudar na prevenção da disseminação da Covid-19.
- 9- Aumentar a frequência de higienização (de acordo com o item 8 das Regras de Ouro) das áreas de maior circulação, como recepção, banheiros, vestiários, pontos de alimentação e anexos, bem como os vestiários e refeitório dos colaboradores, com planilha de controle da limpeza exposta em local visível.
- 10- Durante o horário de funcionamento da academia, os equipamentos e demais produtos devem ser higienizados pelos colaboradores com álcool 70%, água sanitária 0,2% ou quaternário de amônio a cada três horas. Para não comprometer as atividades, é recomendada a divisão da academia em diferentes áreas, com escala de limpeza diferente para cada uma delas.
- 11- A limpeza e a desinfecção dos banheiros e vestiários devem ser feitas sem a presença ou aglomeração de clientes, e com placas de sinalização no lado externo durante o processo de higienização. Todos os suportes de papel-toalha e papel higiênico, saboneteiras, torneiras, acionadores de descarga, assento do vaso, pia, ganchos, lixeiras, maçanetas de portas e demais peças devem ser higienizadas.
- 12- Afixar cartazes informativos em diversas áreas da academia, com orientações sobre forma de contágio e de prevenção à Covid-19.
- 13- Os funcionários, colaboradores, professores e terceirizados devem ser capacitados sobre os protocolos e procedimentos de funcionamento e higienização que fazem parte das medidas de prevenção à disseminação da Covid-19.
- 14- Se algum funcionário apresentar sintomas gripais ou qualquer outro indicativo da Covid-19, deve ser afastado.

QUANTO AS AULAS DE DANÇA

Aulas de dança, assim como o funcionamento de estabelecimentos para este fim, são permitidas desde que não haja contato entre os alunos e que seja delimitado com fita o espaço para cada cliente se exercitar, respeitando o distanciamento mínimo de dois metros.

ALERTA JURÍDICO

Os profissionais da dança que forem grupo de risco, ao serem convocados para retornar as atividades pelos seus empregadores, ainda que estes estejam tomando todas as medidas cabíveis, devem comunicá-los e apresentar laudo/atestados médicos ou documento específico comprovando o estado peculiar. O sindicato orienta que o funcionário tente de forma amigável demonstrar a impossibilidade da retomada pelo seu quadro pessoal de saúde ou idade (no caso dos idosos), requerendo a devida dispensa.

Em caso de não obter solução por meio do diálogo, comprovando que se enquadra no grupo de risco nos moldes regulamentados pela Organização Mundial de Saúde (OMS), aconselhamos que esse profissional nos contacte para que possamos encaminhá-lo ao jurídico para analisar casuisticamente os fatos e orientá-los acerca dos procedimentos a serem adotados.

GRUPO DE RISCO

Entre as pessoas que são consideradas pertencentes ao grupo de risco, ou seja, que têm maior risco de desenvolver a forma grave da infecção pelo COVID-19 estão:

- Idosos.
- Pessoas com doenças respiratórias, como asma e bronquite.
- Fumantes.
- Diabéticos.
- Hipertensos.
- Pacientes com HIV.
- Pacientes oncológicos em tratamento.

O SINDICATO DOS PROFISSIONAIS DA DANÇA DO RIO DE JANEIRO, deseja e torce para que todos e todas ao retornarem às suas atividades possam estar devidamente amparados por todas as medidas de segurança necessárias, nos moldes explicitados nesta cartilha para que continuem bem e com saúde. E se coloca à disposição para maiores e melhores esclarecimentos.