



GOVERNO DO ESTADO DE MINAS GERAIS

Secretaria de Estado de Saúde

Centro de Operações Emergenciais em Saúde - COVID-19

Nota Técnica nº 47/SES/COES MINAS COVID-19/2020

PROCESSO Nº 1320.01.0072403/2020-58

NOTA TÉCNICA – COES Minas Covid-19

Assunto: Protocolo atividades esportistas

Interessado: Federação Esportivas e Similares

Data: 03 de julho de 2020

CONTEXTUALIZAÇÃO

O COES MINAS COVID-19 emitiu o Parecer Técnico nº 08 de 18 de junho de 2020 - Alerta epidemiológico e assistencial: recomendação de retrocesso aos serviços essenciais em todo estado de Minas Gerais, no qual apresenta sua decisão pela não avaliação de protocolos sanitários ou solicitações de avaliação de medidas de flexibilização do distanciamento social de empreendimentos de qualquer natureza pelas próximas 4 (quatro) semanas, por não considerar pertinente a avaliação de ações de relaxamento de distanciamento social, no atual cenário da Covid-19 em Minas Gerais.

Mas, devido as atividades preparatórias dos campeonatos esportivos, é necessário orientar por meio de medidas sanitárias específicas garantir a saúde dos esportistas e demais profissionais envolvidos.

O rastreamento ou investigação de contatos é uma estratégia essencial e reconhecidamente eficaz para impedir a propagação e interromper a cadeia de transmissão da COVID-19. Como a COVID-19 pode se espalhar antes que os sintomas ocorram ou quando nenhum sintoma está presente, as atividades de investigação de casos e rastreamento de contatos devem ser rápidas, oportunas e completas.

INFORMAÇÕES SOBRE A COVID-19

Apresentamos abaixo informações importante relacionadas à COVID-19 retiradas do Protocolo Estadual Infecção Humana pelo SARS-COV-2 (Doença pelo Coronavírus COVID-19) atualizado em 04/03/2020 e disponível em https://www.saude.mg.gov.br/images/noticias_e_eventos/000_2020/Coronav%C3%ADrus/Protocolo_Coronavirus_2020_arquivo_vers%C3%A3o_final_05_03_aprovado_com_termo.pdf e informações da Nota Técnica COES MINAS COVID-19 Nº 61/2020 – 06/07/2020 disponível em <http://coronavirus.saude.mg.gov.br/images/profissionais-e-gestores/06-07-NotaTecnica-N61.pdf>

1) Modo de Transmissão

O vírus da COVID-19, o SARS-CoV-2, é transmitido por gotículas de saliva e secreção e tem alto índice de transmissibilidade. Pacientes sintomáticos, principalmente com febre, tosse e/ou falta de ar são os com maior potencial de transmissibilidade, devido à tosse e secreções. Entretanto, pessoas infectadas podem

ser transmissoras, ainda que permaneçam assintomáticas. Estudos realizados pelo *National Institutes of Health, CDC, UCLA e Princeton University*, publicado no *The New England Journal of Medicine*, identificaram por meio de testes experimentais que o vírus permanece em aerossóis por até três horas, em cobre por até quatro horas, em papelão por até 24 horas, e em plástico e aço inoxidável em média por dois a três dias

2) Definição de contato próximo

Para a COVID-19, um contato próximo é definido como **qualquer indivíduo** que esteja a menos de **2 metros** de uma pessoa infectada por **pelo menos 15 minutos**, a partir de 2 dias antes do início da doença ou, para pacientes assintomáticos, 2 dias antes da coleta positiva da amostra (*Center for Disease Control and Prevention, 2020*).

ATENÇÃO

A determinação do contato próximo deve ser feita independentemente se a pessoa com COVID-19 ou o contato estava usando máscara de pano ou Equipamento de Proteção Individual (EPI) para a população em geral (excetuando profissionais de saúde, os quais possuem treinamento de uso de EPIs).

A avaliação da saúde pública de contatos próximos com pacientes com COVID-19 provável ou confirmado por laboratório pode variar dependendo da configuração da exposição. Contatos em populações especiais e/ ou ambientes com concentração de pessoas requerem considerações adicionais de equipe especializada (epidemiológica e assistencial).

Ainda, de acordo com o Protocolo Estadual Infecção Humana pelo SARS-COV-2 (Doença pelo Coronavírus COVID-19) e suas respectivas versões e atualizações, são contatos próximos:

- a. uma pessoa que teve contato físico direto (por exemplo, apertando as mãos);
- b. uma pessoa que tenha contato direto desprotegido com secreções infecciosas (por exemplo, gotículas de tosse, contato sem proteção com tecido ou lenços de papel usados e que contenham secreções);
- c. uma pessoa que teve contato frente a frente por 15 minutos ou mais e a uma distância inferior a 2 metros;
- d. uma pessoa que esteve em um ambiente fechado (por exemplo, sala de aula, sala de reunião, sala de espera do hospital etc.) por 15 minutos ou mais e a uma distância inferior a 2 metros;
- e. um profissional de saúde ou outra pessoa que cuide diretamente de um caso de COVID-19 ou trabalhadores de laboratório que manipulam amostras de um caso de COVID-19 sem Equipamento de Proteção Individual (EPI) recomendado, ou com uma possível violação do EPI;
- f. um passageiro de uma aeronave sentado no raio de dois assentos de distância (em qualquer direção) de um caso confirmado de COVID-19; seus acompanhantes ou cuidadores e os tripulantes que trabalharam na seção da aeronave em que o caso estava sentado

PROTOCOLO

A premissa de execução deste protocolo é que os atletas, comissão técnica e funcionários dos locais de atividades, saúde, alimentação e serviços de transporte devem permanecer em isolamento social por 07 dias antes do início das atividades e serem testados por exame PCR antes de terem contato entre si.

Neste sentido, recomendamos que as viagens só sejam realizadas após o resultado de exame de Biologia Molecular (PCR) negativo, no sentido de não favorecer a transmissão.

O período de isolamento para o sintomático deve ser de, no mínimo 10 dias, incluindo pelo menos 3 dias após melhora completa dos sinais e sintomas. No caso de exame de PCR positivo em assintomáticos deve ser também de 10 dias com dois exames negativos realizados com intervalo mínimo de 24 horas.

Ressaltamos que os contatos próximos de casos sintomáticos ou pessoas com exame positivo, conforme descrito acima, deverão ficar afastadas pelo período de 14 dias.

Se em uma mesma equipe, ou um mesmo ambiente compartilhado houver 3 ou mais casos confirmados será caracterizada situação de surto, devendo ser notificado imediatamente, com período máximo de 24 horas, ao CIEVS Minas pelo telefone 31 97744-6983 ou 31 98269-7893 e-mail:

notifica.se@saude.mg.gov.br

Abaixo serão separadas em eixos as medidas a serem adotadas, além daquelas descritas do Protocolo de Serviços do Plano Minas Consciente, disponível em: https://www.mg.gov.br/sites/default/files/paginas/imagens/minasconsciente/protocolos/minasconsciente_protocolo-servicos.pdf, principalmente aquelas no tocante aos colaboradores, intensificando medidas de higiene e distanciamento.

Salientamos que essas medidas protetivas a saúde dos atletas e de colaboradores são protocolos mínimos e que as respectivas federações podem dar orientações em situações de maior especificidade da modalidade, bem como a adaptações de atividades não contempladas nesse documento, que apresenta as medidas básicas para recondução das atividades esportivas.

1. Informação

- a) Exibir em local visível na entrada de locais de atividades e hospedagem as informações acerca da covid-19 e das medidas de prevenção;
- b) Realizar registro diário do estado de saúde de todos os profissionais em atividade, registrando a anamnese e exame clínico. Caso haja presença de qualquer sinal ou sintoma respiratório o profissional ou colaborador deve ser isolado, por 10 dias, dos demais e sua testagem deve ser realizada no 3º dia após início dos sintomas.
- c) Atletas, treinadores e oficiais de equipes precisam estar cientes das indicações encontradas nas recomendações sanitárias e diretrizes médicas para atletas, equipes, Treinadores, oficiais técnicos e funcionários fornecidos pelas federações e confederações.

2. Higienização

- a) Disponibilizar álcool gel aos atletas, praticantes e todos os demais presentes aos locais de treinamento;
- b) Disponibilizar sabonetes líquidos e locais com água corrente para assepsia das mãos, bem como toalha de papel e lixeira;
- c) Oferecer dispositivo para limpeza e secagem de calçados na entrada da academia;
- d) Higienizar objetos e equipamentos entre as utilizações de pessoas distintas;
- e) Fazer escala para entrada na academia, respeitando a metragem de 6m² por pessoa.

3. Medidas de proteção individual

- a) Todos os atletas, praticantes e demais presentes aos locais de atividades devem USAR MÁSCARA,

- retirando apenas QUANDO ESTIVER EFETIVAMENTE TREINANDO. Trocar a máscara toda vez que estiver úmida, acondicionando a máscara utilizada em embalagem própria;
- b) Não socializar, nem utilizar recipientes de outras pessoas (squeeze, toalhas, etc);
 - c) Lavar com frequência as mãos até os punhos, com água e sabão, ou higienizá-las com álcool em gel 70%;
 - d) Utilizar os métodos de desinfecção disponibilizados nos locais esportivos, limpeza dos aparelhos de ginástica com álcool 70% e uso de outros sanitizantes
 - e) Praticar etiqueta para tosse (cubra a tosse de preferência com o cotovelo e espirre com tecidos ou roupas e lave as mãos);
 - f) Não apertar as mãos ou abraçar os colegas, bem como evitar tocar a própria boca, nariz ou olho;
 - g) Não utilizar salas de vapor ou sauna, e locais sem circulação de ar;
 - h) Utilize seus próprios equipamentos. Na impossibilidade de fazê-lo, é necessária a desinfecção do equipamento antes de utilizá-lo;
 - i) Mantenha distância de ao menos 2 metros de outras pessoas, para qualquer situação de treinamento e/ou descanso.

4. Medidas de proteção coletiva

- a) Os atletas e toda a equipe devem estar confinados dos locais de treinos e atividades, e não podem receber ou realizar visitas até o fim do período de treinamento;
- b) Em modalidades que é necessário a utilização de acessórios, estes devem ficar em locais de acesso sem aglomeração;
- c) Deve-se evitar a utilização e o manuseio de celulares durante a prática de atividade física;
- d) Checar a temperatura dos frequentadores antes de adentrar espaço de treinamento, não autorizando a entrada de pessoas, tanto atletas quanto colaboradores, com temperatura de 37,5º C ou mais nos locais de treino;
- e) Reforçar a limpeza dos equipamentos e locais de treinamento e circulação de pessoas, principalmente os de uso comum, como colchonetes, barras, colchões, tatames e outros. A cada sessão de treinamento deve ser realizada desinfecção do local com produtos apropriados;
- f) Não podem fazer parte da equipe as pessoas dos grupos de risco (maiores de 60 anos, cardiopatas, doentes pulmonares crônicos, portadores de diabetes mellitus tipo 2 etc.);
- g) Não utilizar guarda volumes nem outros locais onde pode ocorrer estímulo á aglomeração de pessoas;
- h) Organizar os treinamentos com horário marcado e recomendar aos praticantes que cheguem aos horários estipulados, e ao término do treinamento, não façam reuniões, retornando imediatamente aos quartos;
- i) Devem-se organizar grupos de usuários para cada horário. Os grupos devem começar e terminar as atividades no mesmo espaço de tempo e saírem de forma ordenada, sem contato e aglomeração.

5. Adequação dos locais e formas de prática

- a) Toda a equipe deve permanecer por todo o período de treinamento e atividades isolados nos centros de treinamento sem contato com pessoas fora do centro;

- b) Jornalistas ou outros profissionais de imprensa não serão permitidos nos centros de treinamento;
- c) Os estabelecimentos devem abster-se de usar cancelas ou catracas que obriguem o uso das mãos para permissão de entrada. Em caso de impossibilidade de desativação das existentes, a entrada do usuário deverá ser liberada por funcionário que utilize equipamentos de proteção individual;
- d) Manter portas e janelas constantemente abertas, e circulação de ar. Evitar utilizar ar condicionado;
- f) As superfícies tocadas com mais frequência, como mesas, maçanetas, interruptores de luz, torneiras, corrimões, pias e dispositivos eletrônicos, entre outros, devem ser higienizados rotineiramente;
- g) Todos os fluxos dentro do local de treinamentos e competições devem ser unidirecionais;
- h) Reduzir a quantidade de pessoas nos locais fechados, de modo a garantir 6m²/pessoa para prática. Assim, para atendimento de 10 pessoas, são necessários uma área de prática de no mínimo 60m²;
- i) Não permitir o uso de áreas de convivência;
- j) Não permitir a abertura de locais públicos como parques e praças que não tenham mecanismos de controle de acesso.

6. Adequações

- a) Reuniões e discussões técnicas devem ser realizadas através de plataformas virtuais, de modo a evitar aglomerações;
- b) Reduzir ao mínimo as equipes técnicas que acompanham os atletas e praticantes;
- c) As modalidades que necessitam realizar entregas de hidratação, alimentação, chips de cronometragem e/ou kits devem garantir que sejam realizadas em embalagens individuais, devidamente higienizadas e desinfetadas, e entregues de forma a não gerar aglomerações;
- d) Nas modalidades em que existe o uso de animais, área de estabulagem restrita apenas para tratadores, instrutores e veterinários, respeitando o distanciamento. Aumentar espaçamento de pavilhões das cocheiras (aumentando de 4 metros para 8 metros).
- e) Os pagamentos devem ser realizados online ou em locais distintos, de modo a evitar aglomerações.

Atenciosamente,

Carlos Eduardo Amaral Pereira da Silva

Secretário de Estado de Saúde

João Márcio Silva de Pinho

Chefe de Gabinete

Dario Brock Ramalho

Subsecretário de Vigilância em Saúde

Coordenador do COES



Documento assinado eletronicamente por **Carlos Eduardo Amaral Pereira da Silva, Secretário(a)**, em 09/07/2020, às 11:55, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 47.222, de 26 de julho de 2017](#).



Documento assinado eletronicamente por **Dario Brock Ramalho, Subsecretário(a)**, em 10/07/2020, às 09:03, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 47.222, de 26 de julho de 2017](#).



Documento assinado eletronicamente por **João Márcio Silva de Pinho, Chefe de Gabinete**, em 10/07/2020, às 10:35, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 6º, § 1º, do [Decreto nº 47.222, de 26 de julho de 2017](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site http://sei.mg.gov.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **16563217** e o código CRC **32E970AA**.