



**SECRETARIA DE ESTADO DA SAÚDE DE GOIÁS  
SUPERINTENDÊNCIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE**

**MEDIDAS DE PREVENÇÃO E CONTROLE DE CASOS DE COVID-19 EM  
ACADEMIAS**

Em função da pandemia pelo novo coronavírus, a Secretaria de Estado da Saúde de Goiás conclama que as academias bem como os colaboradores/usuários adotem e intensifiquem medidas de prevenção e proteção à população no intuito de evitar a disseminação do vírus.

Ao identificar algum colaborador ou usuário que **apresente sintomas** (febre, tosse, produção de escarro, dificuldade para respirar, dor de garganta) com **histórico de viagem internacional nos últimos 14 dias**, ou que tenha/teve **contato com casos suspeitos ou confirmados de COVID-19**, orientá-lo a procurar atendimento médico para avaliação e investigação diagnóstica.

Caso seja extremamente necessário que o funcionário com sintomas respiratórios permaneça no local de trabalho, orientá-lo a:

- Adotar rigorosa etiqueta respiratória, cobrindo o nariz e boca com o braço ou com lenço descartável (toalha de papel) ao espirrar ou tossir e jogar o lenço em lixeira com tampa após o uso; evitar tocar os olhos, nariz e boca e higienizar as mãos na sequência;
- Higienizar as mãos frequentemente com água e sabão líquido, caso não seja possível, higienizar com preparação alcoólica a 70%, friccionar por 30 segundos;
- Não compartilhar utensílios (copos, talheres e outros);
- Manter distância mínima de 2 metros das demais pessoas;
- Manter o ambiente arejado, com boa ventilação;
- Utilizar máscara cirúrgica de forma correta com trocas a cada 2 horas ou quando estiver molhada ou com sujidade.

**PRINCIPAIS MEDIDAS PREVENTIVAS**

- Cumprir legislação sanitária vigente segundo natureza do estabelecimento;
- Manter o ambiente arejado, com boa ventilação;
- Orientar a todos os colaboradores e usuários para a higienização das mãos usando água e sabão líquido ou preparação alcoólica a 70%, principalmente depois de tossir ou espirrar, ir ao banheiro e antes das refeições;
- Disponibilizar recipientes contendo preparação alcoólica 70%;



- Disponibilizar a todos os colaboradores e usuários o acesso fácil a pias providas de água corrente, sabonete líquido, toalhas descartáveis, lixeiras com tampa acionadas por pedal;
- Divulgar para todos os colaboradores e usuários a adoção de etiqueta respiratória ao tossir ou espirrar (deve-se cobrir o nariz e a boca com lenços descartáveis ou toalha de papel), e que se evite tocar os olhos, nariz e boca, higienizando as mãos na sequência.
- Manter distância mínima de 2 metros das demais pessoas;
- Orientar para não colocarem os lábios no bico ejetor de água dos bebedouros;
- Realizar frequentemente a desinfecção do bebedouro com álcool 70%;
- Disponibilizar copos descartáveis junto aos bebedouros coletivos;
- Estabelecer rotina frequente de desinfecção (álcool 70%, fricção por 30 segundos) de balcões, mesas, poltronas/cadeiras, portas giratórias e de vidro, caixas eletrônicas, catraca, cartão de visitante, maçanetas, torneiras, porta papel toalha, porta sabão líquido, corrimões e painéis de elevadores, telefones e demais artigos e equipamentos que possam ser de uso compartilhado e/ou coletivo;
- Manter limpos os componentes do sistema de climatização (bandejas, serpentinas, umidificadores, ventiladores e dutos) dos aparelhos de ar condicionado de forma a evitar a difusão ou multiplicação de agentes nocivos à saúde humana e manter a qualidade interna do ar;
- Evitar atividades que envolvam grandes aglomerações em ambientes fechados;
- Intensificar a limpeza das áreas (pisos) com água e sabão ou produto próprio para a limpeza;
- Intensificar a limpeza e desinfecção dos sanitários existentes, com solução de água sanitária ou outro produto desinfetante, destinados aos colaboradores e usuários;
- Notificar imediatamente à Vigilância Epidemiológica da Secretaria Municipal de Saúde todo caso suspeito.

## **DESINFECÇÃO DE OBJETOS (exemplos)**

### **LIXEIRAS**

- Realizar a limpeza e desinfecção com água, sabão e com solução de água sanitária, se lixeira for de material plástico. Caso seja de outro material, realizar desinfecção com álcool a 70%.

### **PAREDES**



- Realizar a limpeza e desinfecção com água, sabão e solução de água sanitária, espalhando a solução em toda a superfície local.

### **SUPERFÍCIES DE OBJETOS**

- Realizar a limpeza com água, sabão e desinfecção com solução de água sanitária ou fricção com álcool a 70%, por 30 segundos.

**OBSERVAÇÃO: Ao utilizar a solução de água sanitária, atentar para o modo de uso indicado por cada fabricante.**

Em caso de dúvidas o MS conta com o serviço *Disque Saúde*, por meio do telefone **136**. Para obter maiores informações sobre o novo coronavírus (COVID-19), pode-se acessar o sítio eletrônico do MS, através do endereço: <https://www.saude.gov.br/saude-de-a-z/coronavirus>.

### **ATENÇÃO:**

**O uso de máscaras por indivíduos sadios não representa, quando adotado de forma isolada, uma medida de prevenção.**

**A higienização das mãos e a etiqueta respiratória se constituem em medidas de maior efetividade.**

**Além disso, o uso da máscara sem a higienização das mãos e a etiqueta respiratória pode prejudicar sua eficácia na redução do risco de transmissão.**

### **REFERÊNCIAS**

1. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Boletim Epidemiológico COE n.4 Doenças pelo Coronavírus 2019- Atualização das Definições de Casos. Março 2020. Disponível em: <https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2020/marco/04/2020-03-02-Boletim-Epidemiol--gico-04-corrigido.pdf>
2. RECOMENDAÇÕES PARA PREVENÇÃO DO NOVO CORONAVÍRUS EM HOTEIS E PREFEITURA MUNICIPAL DE CURITIBA MUNICIPAL DA SAÚDE CENTRO DE SAÚDE AMBIENTAL COORDENAÇÃO DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA. Fevereiro 2020. Disponível em: <http://www.saude.curitiba.pr.gov.br/images/ORIENTA%3%87%C3%95ES%20GERAIS%20PARA%20PREVEN%3%87%C3%83O>



**SES**  
Secretaria de  
Estado da  
Saúde



[%20DO%20NOVO%20CORONAV%3%8DRUS%20PARA%20EDIF%3%8DCIOS.pdf](#)

Goiânia, 19 de março de 2020.