

# REGRAS DAVIDA



**MEDIDAS PREVENTIVAS  
ESPECÍFICAS PARA REALIZAÇÃO  
DAS ATIVIDADES ESPORTIVAS  
DE RUA (CORRIDAS, CICLISMO,  
TRIATLO E SIMILARES)**



PREFEITURA DE  
**CAMPOS**  
UMA NOVA HISTÓRIA



Acesse:  
Subsecretaria de  
Atenção Básica,  
Vigilância Sanitária e  
Promoção em Saúde

## 1. Orientações Gerais.

1. A divulgação das medidas de prevenção à Covid-19 deve ser feita por cartazes e informações verbais, para o público ao longo de todo o percurso, como: “Para sua segurança, não esqueça de higienizar as mãos” e “O uso da máscara é obrigatório”.
2. Divulgar em pontos estratégicos os materiais educativos e outros meios de informação sobre as medidas de prevenção à Covid-19, como as Regras da Vida.
3. Os funcionários, colaboradores 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.
4. Se algum funcionário, colaborador ou terceirizado apresentar sintomas gripais ou qualquer outro indicativo da Covid-19, o responsável local deve ser imediatamente informado para que o colaborador seja encaminhado à assistência médica.

## 2. Recomendações Específicas.

1. As inscrições devem ser online ou por aplicativo, não sendo permitidas no local da competição.
2. A entrada dos atletas no evento deve ser realizada pelo check-in online.
3. Os kits (camiseta oficial do evento, garrafa d’água, toalha, pulseira, boné, viseira e placas de identificação) devem ser distribuídos em sacos plásticos higienizados e em local específico, sendo proibida a sua distribuição no momento da competição, para evitar aglomerações.
4. Todos devem estar usando máscara, mesmo os atletas enquanto no local, arena ou similar, na largada e na chegada, exceção apenas aos de atividades aquáticas.

5. Devem ser feitas diversas largadas para evitar aglomerações, restringindo poucos atletas por largada.
6. As instalações para descanso e suprimento das necessidades de alimentação e hidratação devem ser amplas, ventiladas e higienizadas. Deve ser obedecido o distanciamento previsto nas Regras da Vida entre competidores.
7. Os pontos de distribuição de itens de hidratação – como água e isotônicos – e de alimentação devem estar higienizados.
8. Nos pontos ou tenda de distribuição de frutas, estas devem estar lavadas e higienizadas. Outros alimentos (biscoitos, barras de cereais, sanduíches, iogurte etc) devem ser entregues em sacos plásticos higienizados.
9. Adotar, caso necessário, sinalização flutuante a fim de demarcar a área que deverá ser utilizada por cada pessoa.
10. A utilização de espaços de concentração, como arenas, áreas demarcadas e similares, deve ter ocupação de acordo com o previsto nas Regras da Vida.
11. O uso de máscara é obrigatório para todos que estiverem fora da água, o uso de face shield deve ser utilizado pelas pessoas que estiverem acompanhando estas competições.
12. Evitar o compartilhamento de boias, nadadeiras, pranchas, palmares, pesos, braçadeiras e outros materiais.
13. No caso de aluguel de bicicletas, estas devem estar higienizadas com álcool 70%.
14. As cerimônias de premiação devem ser restritas aos três primeiros colocados e as medalhas ou troféus devem ser entregues em sacos plásticos higienizados.

15. Evitar confraternizações com contato físico estreito, como beijos, abraços e cumprimentos.

### 3. Higienização de Instalações, Equipamentos e Utensílios.

1. Programar rotina de desinfecção com álcool 70% de objetos, superfícies e itens em geral que possuam grande contato manual, seja pelos colaboradores, atletas ou público, tais como: mesas e bancadas de apoio na área de espera e na distribuição de alimentos e/ou de premiações, microfones e objetos que possam ser compartilhados entre os colaboradores, participantes e funcionários (canetas, pranchetas, telefones e similares), dentre outros.
2. Devem ser utilizados panos multiuso descartáveis ou papel toalha, exclusivos para cada tipo de superfície, para a higienização de equipamentos e utensílios.
3. Abastecer permanentemente os borrifadores ou dispensadores de álcool à 70%, higienizando-os previamente.
4. Aumentar a frequência de higienização das áreas de maior circulação, incluindo os banheiros. É recomendado que a limpeza concorrente seja feita, no mínimo, a cada três horas, e a limpeza terminal antes ou depois do evento. Em alguns casos, pode ser necessária a realização da limpeza imediata.

### 4. Sanitários

1. Estabelecer o controle de acesso aos sanitários para que seja mantido o distanciamento físico de dois metros no interior dos mesmos.
2. A fila dos sanitários deverá ser organizada na parte externa, preferencialmente, com marcações no piso, obedecendo também o distanciamento entre as pessoas, previsto nas Regras da Vida.

3. Os banheiros devem ter lavatórios com dispensadores de sabão líquido e de toalhas descartáveis de papel não reciclado e lixeira com acionamento não manual. Na ausência de pontos de água corrente, será exigido o uso de pontos com solução alternativa.
4. Promover a renovação do ar através das janelas abertas ou de dispositivos mecânicos.

#### **4. Assistência à Saúde.**

1. Conforme estabelecido pela Resolução SEDEC 83/2016, é obrigatória a disponibilização de serviço de assistência à saúde para os eventos com público estimado acima de 1.000 (mil) pessoas. Nesses casos devem ser adotadas as seguintes medidas de prevenção à Covid-19:
  - a) Os procedimentos de limpeza e desinfecção dos ambientes, equipamentos e materiais de postos médicos e das ambulâncias utilizadas no evento devem ser intensificados com saneantes de uso hospitalar registrados na Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa).
  - b) Efetuar regularmente a higienização concorrente, terminal e imediata sempre que necessário na área de assistência à saúde, por profissional capacitado e exclusivo para essa atividade.
  - c) Manter o distanciamento mínimo estabelecido pelas Regras da Vida entre macas e cadeiras de hidratação nos postos médicos.
  - d) Durante os atendimentos, os profissionais de saúde devem utilizar EPIs completos: gorro, máscara cirúrgica ou N95, face shield, capote ou avental e luvas de procedimento.
  - e) Os colaboradores e profissionais de limpeza também devem utilizar EPIs adequados à atividade realizada.

- f) Manter abastecidos os dispensadores de álcool 70% em gel e lavatórios equipados com sabonete líquido e papel-toalha não reciclado para uso de profissionais e pacientes.
- g) Atentar ao controle de acesso de pessoas ao interior do posto médico.

## **5. Documentação.**

1. Consulta Prévia de Eventos (CPE).
2. Licença Sanitária de Funcionamento para empresas organizadoras e fornecedoras de serviços sediadas no município de Campos dos Goytacazes/RJ (LSF).
3. Licença Sanitária para Atividades Transitórias (LSAT) -
4. ELABORAR E APRESENTAR, no ato da solicitação de emissão da LSAT, ementa do evento e o protocolo específico com as medidas de segurança biológica para prevenção à Covid-19, baseadas nas orientações contidas neste documento.
5. Certificado de Anotação de Responsabilidade Técnica (CART) e Ficha de Avaliação de Risco em Eventos (FARE) - com público a partir de 1 mil pessoas.
6. Certificado de higienização dos reservatórios de água de consumo (semestral).
7. Laudo de potabilidade da água (semestral).





PREFEITURA DE  
**CAMPOS**  
UMA NOVA HISTÓRIA