

# REGRAS DAVIDA



MEDIDAS PREVENTIVAS  
ESPECÍFICAS PARA O  
FUNCIONAMENTO DE ESCOLAS  
E ACADEMIAS DE DANÇA



PREFEITURA DE  
**CAMPOS**  
UMA NOVA HISTÓRIA



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

## 1. Recepção e Portaria

1. A entrada será autorizada apenas para os alunos com hora marcada. O agendamento pode ser feito via telefone, aplicativos de mensagens e formulários eletrônicos, entre outros.
2. No caso do uso de leitor digital para a entrada na escola, um recipiente de álcool gel 70% deve ser disponibilizado ao lado da catraca. O aluno também deve ter a opção de acesso, comunicando à recepcionista o seu número de matrícula ou CPF, para que não precise tocar no leitor digital.
3. O número de alunos deve ser limitado, respeitando a ocupação simultânea prevista nas Regras da Vida.
4. Reduzir o número de alunos por turma e o tempo de duração das aulas para minimizar a exposição e os riscos de contágio.
5. Limitar, sempre que possível, o acesso dos pais ou responsáveis às dependências internas da escola para evitar aglomeração nas áreas comuns.
6. A ficha de matrícula seja preenchida pelo sistema de check-in online via aplicativos de mensagens ou formulários.
7. É obrigatório o uso de máscara em todas as dependências da escola, inclusive durante as aulas. Crianças menores de 2 anos estão dispensadas da obrigatoriedade do uso da proteção facial.
8. Alunos que apresentarem sintomas gripais ou indicativos de Covid-19 não deverão participar das atividades, sendo orientados a procurar assistência médica.
9. Manter registro dos alunos, funcionários e colaboradores para permitir a rastreabilidade de contactantes, em situações de casos

confirmados de Covid-19.

10. Manter os alunos em turmas fixas, estabelecendo um mesmo grupo de convivência e utilizando o mesmo espaço ou sala.
11. As chaves, chaveiros ou cartões magnéticos dos armários devem ser de material de fácil higienização, devolvidos em uma urna ou recipiente similar, devidamente higienizados antes da reutilização.
12. 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 para evitar a manipulação da máquina.
13. O álcool gel 70% deve ser disponibilizado para uso já na recepção.
14. O mobiliário do local deve ser reduzido para facilitar a higienização e a organização das filas (quando houver), respeitando o distanciamento mínimo previsto nas Regras para VIDA.
15. Para evitar fontes de contaminação e facilitar a higienização, todos os materiais que podem ser compartilhados ou tocados por diversas pessoas, como jornais, revistas e objetos decorativos devem ser retirados da recepção.
16. A divulgação das medidas de prevenção à Covid-19 deve ser feita por cartazes e informações verbais, como “Para a sua segurança, não esqueça de higienizar as mãos” e “O uso da máscara é obrigatório”.
17. 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.

## 2. Áreas de Circulação e Espaços Internos

1. O distanciamento mínimo previsto nas Regras da Vida entre as pessoas deve ser respeitado em todas as dependências.
2. Nas salas de atividades coletivas, o espaço necessário para cada aluno se exercitar e desenvolver os passos e coreografias deve ser delimitado no piso, mantendo o distanciamento mínimo previsto nas Regras da Vida.
3. Não são permitidas as atividades de dança de contato (danças de salão e afins). Poderão ser realizadas aulas ou treinamentos individuais, desde que sejam utilizados recursos para simulação.
4. Restringir o compartilhamento de equipamentos e/ou materiais utilizados nas aulas e performances, como: fitas, bambolês, bastões e outros. Caso o uso seja imprescindível, os itens devem ser higienizados com álcool 70% antes e após cada utilização.
5. Se a escola fornecer toalhas, elas devem ser descartadas pelo aluno em um recipiente com tampa e acionamento por pedal para posterior higienização.
6. Bebedouros de uso direto não são recomendados. Utilizar copos descartáveis ou garrafas individuais.
7. Os dispensadores com álcool 70% em gel devem ser disponibilizados próximo aos botões de acionamento dos elevadores e, de maneira optativa, dentro dos elevadores.
8. Afixar, em locais visíveis, as Regras da Vida disponibilizadas neste Protocolo e demais orientações que possam ajudar na prevenção da disseminação da Covid-19.
9. Aumentar a frequência de higienização (de acordo com o item 9 das Regras da Vida) das áreas de maior circulação, como recep-

ção, banheiros, vestiários, pontos de alimentação e anexos, assim como nas áreas destinadas aos colaboradores, com planilha de controle da limpeza exposta em local visível.

- 10.** Durante o horário de funcionamento da escola, os equipamentos e demais produtos, como barras, tatames ou forrações, devem ser higienizados pelos colaboradores. A limpeza deve ser feita com álcool 70%, água sanitária 0,2% ou quaternário de amônio a cada três horas. Para não comprometer as atividades, a recomendação é fazer uma escala de limpeza para cada uma das áreas.
- 11.** A limpeza e a desinfecção dos banheiros e vestiários devem ser feitas sem a presença ou aglomeração de pessoas, usando placas de sinalização no lado externo durante o processo de higienização. Todos os suportes de papel-toalha, papel higiênico, saboneteiras, torneiras, acionadores de descarga, assento do vaso, pia, ganchos, lixeiras, maçanetas de portas e demais peças devem ser higienizadas.
- 12.** Para a higienização de equipamentos e utensílios devem ser utilizados panos multiuso descartáveis ou papel-toalha, exclusivos para cada tipo de superfície.
- 13.** Abastecer permanentemente os borrifadores ou dispensadores de álcool 70%, higienizando-os previamente.
- 14.** Controlar o acesso aos banheiros e vestiários para evitar aglomeração e garantir o distanciamento mínimo previsto nas Regras da Vida nos espaços destinados a banho e à troca de roupas.
- 15.** Garantir a renovação do ar dos banheiros e dos vestiários por meio de janelas abertas ou dispositivos mecânicos.

16. Afixar cartazes informativos em vários pontos com orientações sobre maneiras de contágio e de prevenção à Covid-19.
17. 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.
18. Os colaboradores devem higienizar as mãos constantemente e utilizar máscaras ou demais EPIs necessários às atividades.
19. O uniforme deve ser exclusivo para utilização no espaço de trabalho, inclusive a máscara. É PROIBIDO circular fora do estabelecimento com o uniforme.
20. Organizar turnos de trabalho, alternando dias/horário de comparecimento entre as equipes para evitar maior fluxo de pessoas nos transportes e a aglomeração no local.
21. Coibir atitudes que possam gerar contaminação nas áreas de trabalho, como comer, fumar, tossir, cantar, assobiar ou outras anti-higiênicas. Não é recomendado o uso de celulares no ambiente de trabalho.
22. Se algum colaborador apresentar sintomas gripais ou qualquer outro indicativo da Covid-19, a gerência local deve ser imediatamente informada para que ele seja encaminhado à assistência médica.

### **3. Áreas de Alimentação: Cantinas e Lanchonetes**

Essas atividades deverão atender à todas as orientações de limpeza e higienização descritas neste protocolo, respeitando a todo momento as Regras da Vida, inclusive no que se refere ao

distanciamento social, a fim de evitar aglomerações, e divulgação das medidas de prevenção.

#### **4. Comércio de Vestuário, Acessórios e Artigos em Geral**

Essas atividades deverão atender à todas as orientações de limpeza e higienização descritas neste protocolo, respeitando a todo momento as Regras da Vida, inclusive no que se refere ao distanciamento social, a fim de evitar aglomerações, e divulgação das medidas de prevenção.

#### **5. Sanitários**

- 1.** Estabelecer o controle de acesso aos sanitários para que seja mantido o distanciamento mínimo previsto nas Regras da Vida, inclusive no interior dos mesmos.
- 2.** A fila dos sanitários deverá ser organizada na parte externa, preferencialmente, com marcações no piso, obedecendo também o distanciamento mínimo entre as pessoas conforme 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.
- 4.** Promover a renovação do ar através das janelas abertas ou de dispositivos mecânicos.

#### **6. Manutenção das Áreas Comuns**

- 1.** Realizar a troca constante dos elementos filtrantes dos bebedouros e dos aparelhos de ar-condicionado, de acordo com o fabricante.

2. Bebedouros de uso direto são proibidos. Utilizar copos descartáveis ou garrafas de uso individual.
3. Sempre que possível manter os ambientes com as janelas e portas abertas para melhor circulação do ar, evitando a utilização do ar condicionado.
4. Em ambientes climatizados efetuar a manutenção dos aparelhos de ar condicionado, conforme recomendações das legislações vigentes.
5. O ar ambiente deve ser renovado de acordo com o exigido na legislação (27m<sup>3</sup>/hora/pessoa).
6. Resíduos comuns devem ser acondicionados em abrigo próprio e coletores com tampa devidamente dimensionados para o volume gerado.
7. O descarte das máscaras ou de outros EPIs deve ser feito em lixeira exclusiva para esse fim.

## **7. Documentação**

1. Licença Sanitária de Funcionamento (LSF) para empresas sediadas no município de Campos dos Goytacazes/RJ.
2. Apresentação do Plano de Manutenção, Operação e Controle de Ar condicionado (PMOC).
3. Comprovante de limpeza de dutos de ar-condicionado anual.
4. Laudo da Qualidade do Ar na validade (semestral).
5. Certificado de higienização dos reservatórios de água de consumo

(semestral).

**6.** Laudo de potabilidade da água (semestral).





PREFEITURA DE  
**CAMPOS**  
UMA NOVA HISTÓRIA