


# PROCEDIMENTOS PARA REABERTURA DE DOJÔS



**RECOMENDAÇÃO**

PÓS PANDEMIA - COVID-19



Para preservar a saúde de toda a comunidade do Karate paulista, a FPK sugere que após os órgãos públicos autorizarem a reabertura das academias e dojos, todos sigam estes procedimentos de segurança.

**O objetivo deste documento é o de informar para ajudar a reduzir o risco de contaminação por COVID-19 dentro dos dojos.**

*Esse material foi elaborado seguindo as orientações e as informações dos órgãos públicos, tais como Organização Mundial da Saúde (OMS) e o Ministério da Saúde.*

## LIMPEZA GERAL DOS DOJOS

- 1** Disponibilizar recipientes com álcool em gel a 70% para uso dos alunos e colaboradores em todas as áreas.
- 2** Durante o horário de funcionamento do dojo, a cada intervalo de aula, realizar a desinfecção de todos os ambientes utilizados.
- 3** Posicionar kits de limpeza em pontos estratégicos do dojo, contendo toalhas de papel e produto específico para higienização. No mesmo local, deve haver orientação para descarte imediato das toalhas de papel.

## **USO OBRIGATÓRIO DE EQUIPAMENTO DE PROTEÇÃO INDIVIDUAL (EPIS) PARA FUNCIONÁRIOS, PROFESSORES E TERCEIRIZADOS**

As máscaras são de uso obrigatório por recepcionistas, professores, equipe de limpeza, gerentes e terceiros e devem ser seguidas todas as orientações da Organização Mundial de Saúde para uso desse equipamento.

## **MEDIDAS OPERACIONAIS PREVENTIVAS**

1. Recomenda-se medir com termômetro do tipo “infravermelho digital à distância” a temperatura de todos os entrantes. Caso seja apontada uma temperatura superior a 37.8 °C recomenda-se a não entrada no dojo.
2. Se algum aluno apresentar febre alta junto com algum outro sintoma de COVID-19 informar imediatamente o professor ou responsável.
3. Limitar a quantidade de pessoas que entram no Dojo: ocupação simultânea de 1 aluno a cada 4 m<sup>2</sup>.
4. O aluno se responsabiliza pela sua hidratação, trazendo sua própria garrafa.
5. Não realizar novas inscrições de alunos que pertencem ao grupo de risco.
6. Expor aos alunos todos os manuais de orientação (OMS, MS) que possam ajudar a combater a contaminação por COVID-19.
7. Capacitar todos os colaboradores bem como orientar os alunos sobre as medidas de prevenção.



## **RECOMENDAÇÕES PARA DOJO:**

1 - Disponibilizar, próximo à entrada e dentro do dojo, recipiente de álcool em gel a 70% para que os alunos usem antes de entrarem no dojo.

2 - Após o término de cada aula, higienizar o chão e os tatames usados durante o treinamento.

4 - Orientar que os alunos cheguem vestidos com seu kimono (karate gui), evitando aglomerações no vestiário.

## **ORIENTE FUNCIONÁRIOS E TERCERIZADOS SOBRE:**

1. Utilização dos EPIs para trabalho.
2. Limpeza das mãos com água e sabão (como lavá-las e com qual frequência) e álcool em gel.
3. Os horários das aulas devem ser reformulados, para que atendam à todos os alunos de forma segura, mantendo a distância permitida de 1,5m.
4. Chegar somente no horário de aula e, ao término, retornar para sua residência.
5. Evitar aglomeração.
6. Ficam suspensos em aulas presenciais os alunos pertencentes ao grupo de risco, sendo permitidas para esse grupo as aulas online, até novo pronunciamento da OMS e/ou outro órgão oficial de saúde.
7. De acordo com orientação da OMS adaptada ao karate, o professor deverá direcionar a sua aula dando ênfase à qualidade de vida e saúde e não ao alto rendimento.

## **ORIENTE OS ALUNOS SOBRE:**

1. Higienização das mãos com água e sabão ou álcool em gel a 70% (como e com qual frequência).
2. Uso de garrafa de água individual.
3. Uso de toalha individual.
4. Restrição de equipamentos de proteção (luvas, caneleiras, protetor de peito, tórax e bucal).
5. Recomendação para que os alunos evitem horários de pico e se programem para treinar em horários alternativos.



## **ORIENTAÇÕES E SUGESTÕES DE CONTEÚDO A SER TRABALHADO**

A recomendação é que cada professor deve continuar normalmente os treinamentos se atentando a todas as recomendações acima citadas e não permitir, em momento nenhum, o contato direto entre os alunos.

A Federação Paulista de Karate, baseada no regulamento oficial de competição da WKF sugere um treinamento com o intuito de auxiliar o trabalho de cada professor, e caso necessário, a equipe multidisciplinar estará à disposição para qualquer auxílio, através do email [karatefpk@uol.com.br](mailto:karatefpk@uol.com.br) ou site [www.fpk.com.br](http://www.fpk.com.br), via formulário da Ouvidoria.

Dentro de cada sugestão, cabe ao professor criar variações para se adequar à realidade de cada um e, dessa forma, aumentar o conteúdo dentro das aulas.



**COM UNIÃO E COLABORAÇÃO VAMOS SUPERAR  
OS DESAFIOS E VOLTAREMOS MAIS FORTES**