

VERSÃO 2.0 – 08 DE OUTUBRO DE 2021

# PLANO DE CONTINGÊNCIA DO INSTITUTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA FRENTE À PANDEMIA DE COVID-19

Comportamentos e atitudes necessárias para o  
retorno seguro às atividades presenciais no Instituto  
de Educação Física - IEF

## **Sumário**

**1. Grupo de Trabalho responsável pela redação e revisão dessa versão do plano (2.0)**

**2. Introdução**

**3. Links Recomendados**

**4. Objetivos**

**5. Mapeamento: circulação de pessoas e vacinação no IEF**

**6. Previsão de alertas e informes visando a prevenção da COVID-19**

**7. Rotina do uso dos espaços coletivos**

**8. Circulação e atividades de ensino: comportamentos individuais e coletivos seguros**

**9. Colaboradores de serviço – terceirizados**

**10. Sugestões para o cuidado de si e do outro**

10.1 Especificidade de equipamentos de proteção e insumos individuais para a prevenção à COVID-19

**11. Estratégia de vigilância de casos suspeitos, confirmados e contactantes, aderente às orientações do GT-Covid19-UFF**

**12. Previsão de possibilidade de interrupção de atividades presenciais em casos de surto**

**Referências**

## **1.Grupo de Trabalho responsável pela redação e revisão dessa versão do plano (2.0)**

Comissão de Biossegurança do Instituto de Educação Física, atualizada pela Determinação de Serviço IEF n.º 21 de 09 de julho de 2021, publicada no Boletim de Serviço de n.º 127, p.013 do dia 12/07/2021.

Micheli Verginia Ghiggi  
Docente - SIAPE 1718390  
Presidente da Comissão

Karla Campos de Paula  
Docente - SIAPE 362352

Paulo de Tarso Maciel Pinheiro  
Docente - SIAPE 1106288

Fabiano Pires Devide  
Docente - SIAPE 1805745

Wellington Bruno Santos  
Médico - SIAPE 2092828

Direção do Instituto de Educação Física  
Luiz Tadeu Paes de Almeida



## 2. Introdução

O novo coronavírus foi detectado inicialmente na China, em dezembro de 2019, quando a OMS foi alertada sobre vários casos de pneumonia na cidade de Wuhan, província de Hubei, na República Popular da China. Tratava-se de um surto de uma nova cepa do coronavírus que nunca havia sido detectada em seres humanos.

Rapidamente o novo coronavírus se espalhou pelo mundo e em 11 de fevereiro de 2020 recebeu o nome de SARS-CoV-2, responsável por causar a doença COVID-19. Em 11 de março de 2020 a COVID-19 foi declarada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como uma “pandemia”, reconhecendo que existiam surtos da doença em vários países e regiões do mundo.<sup>1</sup>

Este plano de contingência é a segunda versão produzida pelo Instituto de Educação Física (IEF) com a função de viabilizar a aplicação do Plano de Contingência da Universidade Federal Fluminense (UFF) no IEF, considerando as especificidades das atividades desenvolvidas no Instituto de Educação Física. As orientações apresentadas neste documento têm por objetivo proporcionar um ambiente institucional seguro e saudável, com medidas de proteção à vida e a integridade de todos os servidores, discentes, prestadores de serviço e comunidade local.

As presentes recomendações são baseadas em três documentos norteadores: a) o Plano de contingência da UFF em sua versão 6.0 de 02 de julho de 2021; b) o Guia da Universidade Federal Fluminense para elaboração do plano de contingência local considerando o retorno às atividades presenciais no cenário da pandemia pelo SARS-COV-2, de 25 de agosto de 2021; e c) a Instrução Normativa PROGEPE Nº011, de 15 de setembro de 2021. Tais documentos, que estão relacionados abaixo nos links recomendados, utilizam as evidências científicas mais recentes e consideram os contextos regionais e locais sobre a pandemia de COVID-19.

Todos os documentos devem ser acompanhados constantemente pois podem ser atualizados a qualquer momento, considerando a situação da pandemia e a produção de novas informações científicas sobre a doença e sua dinâmica de contágio, assim como novas publicações de portarias e outros atos normativos emitidos pelas autoridades sanitárias municipais, estaduais, nacionais e internacionais.

---

<sup>1</sup> Fonte: Site da Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS/OMS). Disponível em: <https://www.paho.org/pt/covid19/historico-da-pandemia-covid-19>

### 3. Links Recomendados

- ✓ Site da Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS/OMS)  
<https://www.paho.org/pt/brasil>
- ✓ Site da Universidade Federal Fluminense – Covid-19  
<https://www.uff.br/coronavirus>
  - Guia da Universidade Federal Fluminense para elaboração do plano de contingência local considerando o retorno às atividades presenciais no cenário da pandemia pelo SARS-COV-2  
[https://www.uff.br/sites/default/files/guia\\_plano\\_de\\_contingencia\\_local\\_alterado.pdf](https://www.uff.br/sites/default/files/guia_plano_de_contingencia_local_alterado.pdf)
  - Plano de contingência da UFF  
[https://www.uff.br/sites/default/files/plano\\_de\\_contingencia\\_uff\\_-\\_versao\\_6.pdf](https://www.uff.br/sites/default/files/plano_de_contingencia_uff_-_versao_6.pdf)
  - Documentos oficiais e legislações: IS 011/2021, de 16/09/2021  
[https://www.uff.br/sites/default/files/informes/instrucao\\_normativa\\_progepe\\_no\\_011\\_de\\_15\\_de\\_setembro\\_de\\_2021.pdf](https://www.uff.br/sites/default/files/informes/instrucao_normativa_progepe_no_011_de_15_de_setembro_de_2021.pdf)
- ✓ Site da Secretaria de Saúde do Governo do Estado do Rio de Janeiro – Painel Coronavírus COVID-19  
<https://painel.saude.rj.gov.br/monitoramento/covid19.html>
- ✓ Site da Prefeitura Municipal de Niterói – Painel Covid  
<http://www.niteroi.rj.gov.br/painelcovid/>
- ✓ Diário Oficial da União – Imprensa Nacional  
<https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/instrucao-normativa-sgp/sedgg/me-n-90-de-28-de-setembro-de-2021-349566093>

### 4. Objetivos

- a) Ratificar as orientações institucionais quanto aos comportamentos e atitudes necessárias no retorno gradual e seguro das atividades presenciais nas instalações da UFF;
- b) Contribuir para a manutenção de um ambiente institucional seguro e saudável no Instituto de Educação Física, no período atual da pandemia, respeitadas as particularidades presentes no IEF;
- c) Orientar os procedimentos básicos a serem adotados nos diferentes setores de ensino, pesquisa, extensão e administração, em que houver retorno de servidores, funcionários e alunos às suas funções de modo presencial;

- d) Sugerir adequações às necessidades específicas do IEF, baseadas no plano geral, sempre respeitando as orientações da instituição e das autoridades de saúde nacionais e internacionais;
- e) Sugerir procedimentos em ambientes de ensino, pesquisa, extensão e administração de forma a minimizar os riscos de aquisição da COVID-19;
- g) Sugerir estratégias de acompanhamento da comunidade acadêmica no retorno presencial;
- h) Orientar a comunidade acadêmica sobre a importância da vacinação contra a COVID-19 e dos cuidados não-farmacológicos para a proteção individual e coletiva para o retorno presencial das atividades administrativas e acadêmicas no âmbito da UFF.

## 5. Mapeamento: circulação de pessoas e vacinação no IEF

Não há uma data única para o retorno presencial de toda a comunidade acadêmica da UFF, pois compreende-se que os institutos e faculdades possuem autonomia para definirem o retorno gradual híbrido e/ou presencial e as medidas mais adequadas a cada contexto.

Em concordância com esse entendimento, esta comissão de biossegurança elaborou um instrumento para coletar informações sobre a população do IEF, que pudessem nos balizar nas orientações conforme nossas necessidades. Sempre levando em consideração as decisões emanadas pelas autoridades sanitárias nacionais ou estaduais e instâncias superiores e colegiadas da UFF.

Cabe ressaltar que não é atribuição desta comissão deliberar ou executar sobre datas e atividades de retorno híbrido e/ou presencial. O papel dessa comissão é orientar e sugerir formas de conduta para a gestão do instituto, que estejam em concordância com as normas sanitárias nacionais e locais e ainda que atendam as orientações do plano de contingência da UFF.

O questionário realizado foi enviado por e-mail para uma população de 307 pessoas vinculadas ao IEF, composta por 20 docentes, 12 técnicos, 265 alunos e 10 funcionários terceirizados. Após a data limite, 160 questionários foram respondidos, totalizando 52,46% da população total.

Os participantes responderam que **residem** em Niterói (68), São Gonçalo (32), Rio de Janeiro (30), Maricá (8), Itaboraí (4), Cabo Frio (2), Duque de Caxias (2), Nova Friburgo (2), Petrópolis (2), Rio Bonito (2), São João de Meriti, São Paulo, Saquarema e Tanguá, Angra dos Reis, Armação de Búzios, Cachoeiras de Macacu e Barra Mansa (1).

Dessas pessoas, 82 **trabalham** em Niterói e 22 não trabalham, 2 estão desempregadas e 1 recebe auxílio-doença, 24 trabalham no Rio de Janeiro, 9 em São Gonçalo, 6 em Maricá, 5 em Itaboraí e 2 em Cabo Frio. Uma pessoa respondeu que trabalha em cada uma dessas cidades: Cachoeiras de Macacu, Nova Friburgo, Petrópolis, Rio Bonito, Macaé, São Paulo e Saquarema.

Considerando que as pessoas vinculadas ao IEF circulam principalmente entre a região metropolitana I e II, e ainda nas regiões Serrana e Baixada Litorânea, compreende-se que, segundo a 49ª atualização de 22/09/2021 do mapa de risco de COVID-19 do Estado do Rio de Janeiro, o risco para infecção é atualmente considerado **baixo**.



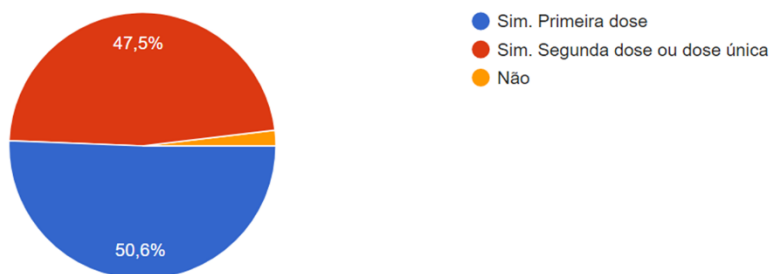
Fonte: Site da Secretaria de Saúde do Estado do Rio de Janeiro.<sup>2</sup>

Em relação a vacinação, 76 participantes (47,5%) responderam já terem tomado a segunda dose ou dose única. Responderam já ter tomado a primeira dose, 81 pessoas (50,6%) e outras 3 pessoas disseram ainda não ter tomado a primeira dose, duas por estarem aguardando o período pós-contágio e uma por motivos pessoais.

<sup>2</sup><https://www.saude.rj.gov.br/noticias/2021/09/mapa-de-risco-covid-19-estado-do-rio-de-janeiro-tem-queda-de-30-no-numero-de-obitos-e-segure-com-baixo-risco-de-transmissao-da-doenca>

## 14. Já tomou a vacina contra COVID-19?

160 respostas



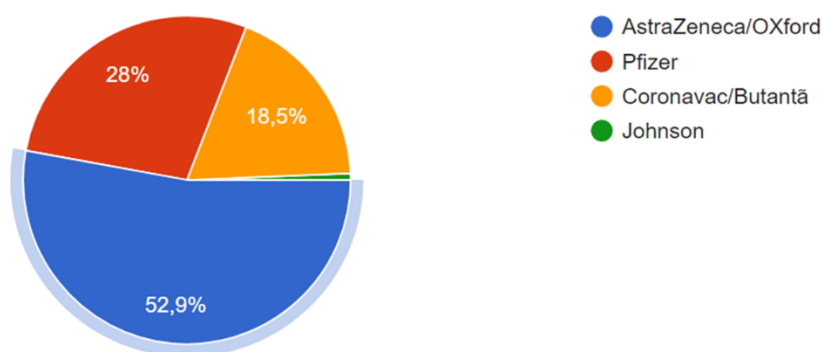
Com isso, podemos concluir que aproximadamente 98% das pessoas que responderam ao questionário, iniciaram seu processo de imunização até o dia 23 de setembro de 2021, data-fim do questionário.

A data mais recente de primeira dose registrada entre os que responderam ao questionário foi 31 de agosto de 2021 (AstraZeneca), o que sugere um período de três meses para a imunização completa dos participantes, conforme a recomendação do Plano Nacional de Imunizações (PNI)<sup>3</sup>, disponível no QR Code:



## 16. Qual o laboratório/fabricante da vacina?

157 respostas



<sup>3</sup> [https://www.gov.br/saude/pt-br/media/pdf/2021/janeiro/29/planovacinaocovid\\_v2\\_29jan21\\_nucom.pdf](https://www.gov.br/saude/pt-br/media/pdf/2021/janeiro/29/planovacinaocovid_v2_29jan21_nucom.pdf)



Portanto, há uma previsão de que até o final do mês de novembro de 2021, 98% daqueles que responderam ao questionário estejam completamente imunizados, o que equivale a 51,1% da população total do IEF.

## **6. Previsão de alertas e informes visando a prevenção da COVID-19**

No seminário acadêmico realizado tradicionalmente na primeira semana de aulas do semestre no IEF, em 2021/2 nos dias 21/22 de outubro a comissão de Biossegurança terá o espaço de um turno para apresentar o plano de contingência, esclarecer dúvidas e ouvir as necessidades da comunidade acadêmica.

A comunicação da comissão com a população do IEF continuará sendo realizada por intermédio da gestão do IEF, através da utilização de redes de e-mails e redes sociais (WhatsApp, Instagram e Facebook). Os materiais educativos produzidos pelo setor de Comunicação Social da UFF, com as recomendações individuais e coletivas, bem como as atualizações sanitárias e legais serão sempre divulgados para as coordenações e por toda a unidade.

Esta comissão sugere que sejam afixados avisos nas portas das salas de aula e de trabalho, bem como nos banheiros do IEF, com a capacidade máxima de pessoas que poderá permanecer ao mesmo tempo e no mesmo espaço, de modo a oferecer menor risco de transmissão do vírus. Também são sugeridos lembretes de apoio a serem afixados em locais de circulação para que sejam cotidianamente respeitadas as medidas de segurança sanitária, como o distanciamento social, o uso correto de máscara e a higienização das mãos.

## **7. Rotina do uso dos espaços coletivos**

A lotação máxima dos espaços físicos foi sugerida com base na ferramenta disponibilizada pela UNICAMP<sup>4</sup> utilizando como referência o distanciamento social de 1m<sup>2</sup> para cada pessoa e 1m de distância entre as pessoas. Essas medidas são maiores do que o sugerido no plano de contingência da UFF, que sugere 1,5m, pois compreende-se

---

<sup>4</sup> Disponível em: <https://www.fe.unicamp.br/salas/>

que no IEF nossas atividades de ensino são permeadas pela prática do movimento corporal, o que demanda maior reserva de espaço para garantir o distanciamento social.

Foram consideradas algumas exceções: os espaços abertos, como quadras, campo e pista, para os quais recomenda-se o distanciamento social de 1,5m entre as pessoas; E a sala de ginásticas/lutas (UFÃO), para a qual foram considerados 2m<sup>2</sup> para cada pessoa e 2m de distância entre as pessoas devido as características de maior amplitude de movimento das atividades realizadas naquele espaço.

Sobre a utilização da piscina, além das precauções quanto ao distanciamento social na piscina e nos deslocamentos que estão sugeridos em orientações logo abaixo, lembramos que o vírus causador do Covid-19 não foi encontrado em água potável, segundo o Centro de Prevenção e Controle de Doenças - CDC norte-americano.<sup>5</sup> O risco de transmissão de Covid-19 na piscina é muito baixo, de acordo com um estudo do *Imperial College London* a água de piscina tratada pode inativar o vírus em apenas 30 segundos.<sup>6</sup>

Seguindo as recomendações do Plano de Contingência Institucional (6.0) e atendendo às características peculiares do Instituto de Educação Física, algumas recomendações específicas foram elaboradas:

- a) Recomenda-se a utilização das salas no IEF com as seguintes capacidades máximas de ocupação:

<b>Sala 01:</b> 09 pessoas
<b>Sala 02:</b> 12 pessoas
<b>Sala 03:</b> 09 pessoas
<b>Sala 04:</b> 09 pessoas
<b>Sala da Piscina:</b> 06 pessoas
<b>Sala de Leitura:</b> 03 pessoas
<b>Sala do D.A.:</b> 03 pessoas
<b>Sala de ginásticas/lutas (UFÃO):</b> 18 pessoas
<b>Piscina:</b> 24 pessoas (ver recomendação “d”)
<b>Vestiário da Piscina:</b> 4 pessoas no chuveiro e 3 no sanitário feminino/2 no masculino
<b>Vestiário das Salas de aula:</b> 4 pessoas no chuveiro e 2 no sanitário (ver recomendação “l”)

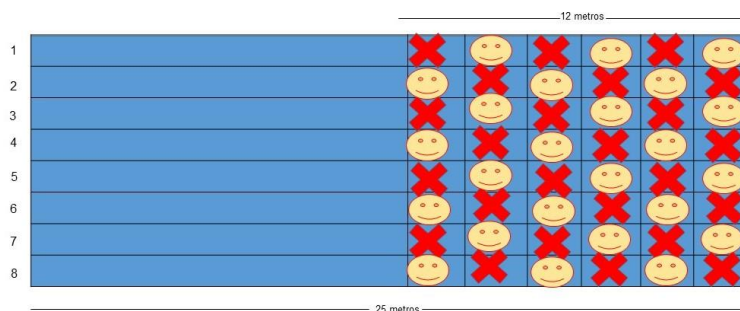
<sup>5</sup> <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/php/water.html>

<sup>6</sup> [https://www.swimming.org/swimengland/swimming-pool-water-inactivates-covid19-virus/?utm\\_cam](https://www.swimming.org/swimengland/swimming-pool-water-inactivates-covid19-virus/?utm_cam)

- b) Sugere-se que seja feito o controle de alunos presentes no campus pelo horário de matrícula da disciplina através de listas na portaria;
- c) Recomenda-se o controle de temperatura corporal através de termômetros digitais sem contato, para ingresso no IEF; para isso, também sugerimos que seja designado um funcionário para a função e a aquisição de, pelo menos, dois termômetros digitais;
- d) Recomenda-se o uso da piscina com separação por raias no sentido horizontal e cordas no sentido transversal, construindo quadrados de aproximadamente 2x2m para cada aluno/a, usados de forma intercalada, como um tabuleiro de xadrez (conforme figuras abaixo).



Piscina



- e) Recomenda-se a utilização das salas de aula e sala de ginásticas/lutas (UFÃO) sempre com as janelas abertas garantindo boa circulação de ar;
- f) Recomenda-se o uso das quadras e campos respeitando o distanciamento social mínimo de 1,5m e a manutenção do uso de máscara em tempo integral;
- g) Sugere-se o direcionamento de pessoal para a higienização das salas e materiais após a utilização nas atividades práticas;

- h) Sugere-se disponibilizar álcool em gel para as mãos e álcool 70% em borrifadores com panos para auxiliar na higienização dos materiais para aulas práticas;
- i) Por não possuir ventilação adequada, a sala rosa **NÃO** deve ser utilizada;
- j) Recomenda-se fortemente a **NÃO** utilização de ar-condicionado;
- k) Sugere-se o uso simultâneo de no máximo dois gabinetes de professores por espaço (30% da capacidade total de ocupação) e a manutenção constante do uso de máscara;
- l) Sugere-se apenas a utilização do vestiário da piscina, para minimizar o trabalho de higienização, com metade de sua capacidade e o isolamento das demais cabines de banho e sanitárias;
- m) Sugere-se a realização de intervalos entre práticas no mesmo espaço para possibilitar a higienização do local;
- n) Sugere-se que os servidores técnico-administrativos trabalhem por sistema de rodízio, individualmente em cada setor do IEF; que sejam estimuladas vias de atendimento remoto para o cumprimento das demandas com o público interno e externo quando estiverem em *home office*;

#### **8. Circulação e atividades de ensino: comportamentos individuais e coletivos seguros**

- a) Sugere-se que preferencialmente as aulas práticas sejam presenciais/híbridas e aulas teóricas continuem na forma remota;
- b) Sugere-se que o retorno presencial e/ou híbrido deve atender prioritariamente as turmas de formandos, as aulas práticas e as PPEs;
- c) Sugere-se a realização de práticas de atividades preferencialmente sem contato físico entre os alunos;
- d) Recomenda-se o uso adequado das máscaras com a troca e o descarte corretos, higienização de mãos e objetos, quando forem utilizados materiais que podem ser compartilhados;
- e) Sugere-se que os professores orientem constantemente o uso contínuo e permanente das máscaras durante as aulas, principalmente em ambientes fechados, orientando que os alunos se afastem do ambiente para ingerir alimentos e beber água;

- f) Sugere-se que os alunos troquem as máscaras quando estiverem úmidas, sujas ou estragadas e se possível a cada 50 minutos de prática de atividade física intensa e moderada;
- g) Recomenda-se o respeito ao distanciamento social de 1,5m ao entrar e sair na piscina e no deslocamento entre piscina e vestiário; o uso de máscara antes e imediatamente após o banho no vestiário;
- h) Sugere-se que a retirada e a entrega de materiais para as aulas práticas sejam realizadas pelo docente com no máximo um/a aluno/a auxiliar, evitando aglomeração de pessoas;
- i) Sugere-se que os alunos auxiliem na higienização dos materiais logo após sua utilização;

### 9. Colaboradores de serviço - terceirizados

Os servidores terceirizados são fundamentais para o funcionamento do IEF, principalmente na pandemia, quando atuaram para o cuidado e proteção do instituto. Com o retorno dos alunos de forma presencial, seu trabalho se torna ainda mais imprescindível para conseguirmos conduzir todas as frentes de forma tranquila e segura.

O serviço da portaria será fundamental para o controle do acesso ao IEF, tanto em relação a quem acessa (aluno matriculado em horário da aula), quanto as condições das pessoas que acessam (uso correto da máscara e temperatura corporal).

O serviço de limpeza torna-se ainda mais importante nesse momento, e devem ser ressaltadas as orientações específicas e definição da rotina de limpeza e desinfecção com base em critérios técnicos, conforme a ANVISA e orientação da FIOCRUZ, sugeridos pelo acesso abaixo, via QR Code ou link:



<https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/atencao-mulher/medidas-de-prevencao-e-controle-da-covid-19-limpeza-desinfeccao-e-tipos-de-precaucoes/>

## 10. Sugestões para o cuidado de si e do outro

- Se possível, ao chegar em casa trocar as roupas, tirar os sapatos e tomar banho antes de fazer contato físico com os demais moradores da residência e vizinhos;
- Sempre que puder, auxiliar os demais ao seu redor com orientações sobre o uso correto da máscara cobrindo boca e nariz, além do descarte adequado; lavar bem as mãos; usar álcool sempre que possível; e manter o distanciamento social;
- Ao encontrar os colegas, cumprimente com o mínimo de contato físico possível;
- Mantenha os ambientes sempre bem arejados, com as janelas e portas abertas e ventilação natural, evitando o uso de ar-condicionado;
- Não permanecer em locais ou veículos fechados, ou com aglomerações de pessoas, sem que isso seja absolutamente necessário;
- Buscar sempre o afastamento entre as mesas e cadeiras no setor de trabalho/estudo, respeitando a distância mínima de segurança de 1,5m entre os colegas de trabalho e o público atendido;
- Evite compartilhar garrafas, copos ou qualquer objeto e alimento que sejam levados a boca ou nariz;
- Se possível carregue consigo álcool gel e uma máscara reserva, além de uma sacolinha para guardar ou descartar a máscara utilizada;
- Higienizar as mãos com água e sabão sempre que possível;



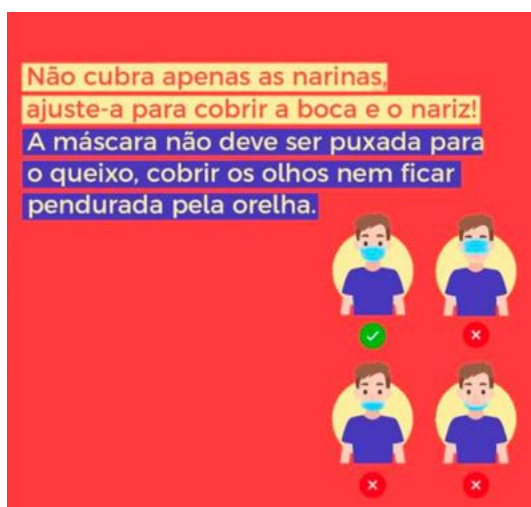
### 10.1 Especificidade de equipamentos de proteção e insumos individuais para a prevenção à COVID-19

O uso de máscaras faciais de tecido ou do tipo cirúrgica (uso hospitalar) fazem parte da estratégia não farmacológica implementada pelas autoridades sanitárias como medida de contenção da transmissão. O uso da máscara facial só cumpre sua função quando utilizada em conjunto com outras medidas simples como higienização das mãos com água e sabão ou álcool gel, além de se evitar aglomerações, ambientes fechados e mal ventilados.

Para ambientes como sala de aula, escritórios, áreas administrativas, auditórios são recomendadas as máscaras faciais de tecido ou cirúrgica (ambas de tripla camada). No entanto, as máscaras profissionais podem ser usadas também nesses ambientes não-hospitalares como medida adicional de proteção.

A troca das máscaras faciais de tecido deve ser realizada a cada três horas no máximo ou sempre que estiver úmida, suja, com odor ruim e no caso de permanência nas instalações da UFF por longos períodos, o aluno/servidor/colaborador deve dispor de quantidade suficiente de máscaras, considerando o total de tempo desde a saída de seu domicílio até o retorno. Atentar para o tempo de uso das máscaras de acordo com material utilizado para sua confecção, que no caso de tecidos não deverá ser superior a **três horas**.

As máscaras faciais são itens individuais e obrigatórios para circulação na maioria dos ambientes externos à UFF. Não podem ser compartilhadas, devem ser retiradas utilizando as alças e cobrir todo o nariz e boca. A figura abaixo ilustra as formas corretas de utilização da máscara facial.



## **11. Estratégia de vigilância de casos suspeitos, confirmados e contactantes, aderente às orientações do GT-Covid19-UFF**

Todos que frequentam o IEF, docentes, discentes, técnicos administrativos e colaboradores de serviços terceirizados, devem estar atentos para as regras sanitárias estabelecidas para evitar contágio e disseminação da COVID-19 determinada pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2):

- a) Em casos de febre e sintomas respiratórios ou gripais, não comparecer ao IEF para qualquer atividade presencial até que os sintomas regredam, após 11 dias ou com teste negativo de covid-19, independentemente do tipo de vínculo que se tenha com a universidade;
- b) O rastreamento de casos suspeitos no IEF poderá ser feito por autodeclaração ou por observação de sintomas claros. Nesses casos será recomendado o isolamento imediato. Em caso de teste positivo todos os alunos que tiveram contato com a pessoa contaminada deverão realizar isolamento de 13 dias e as aulas serão mantidas por meio remoto;

Critérios da OMS para alta de pacientes do isolamento (ou seja, suspensão das precauções de transmissão), sem exigência de novo teste:

- Para pacientes sintomáticos: 10 dias após o início dos sintomas, mais, no mínimo, 3 dias adicionais sem sintomas (inclusive sem febre e sem sintomas respiratórios);
- Para casos assintomáticos: 10 dias após teste positivo para SARS-CoV-2.<sup>7</sup>

- c) A pessoa sintomática será aconselhada a procurar atendimento na rede de assistência básica pública ou privada de saúde;
- d) No caso de servidor da UFF, comunicar-se com a chefia imediata, enviar o atestado de saúde pelo aplicativo SOUGOV em até 5 dias do início do afastamento e preencher o Formulário para Licença Pericial (FLIP). Aguardar a convocação para comparecer à perícia e apresentar todos os documentos originais. O atestado deve conter o CID-10;

---

<sup>7</sup> [https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/52318/OPASWBACOV-1920080\\_por.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/52318/OPASWBACOV-1920080_por.pdf?sequence=1&isAllowed=y)



- e) No caso de aluno, comunicar ao coordenador do curso ao qual estiver vinculado, enviando a comprovação pelo médico do setor de saúde ao qual compareceu. Comunicar também a ausência ao representante de turma ou dos alunos;
- f) Se julgar necessário, utilizar o telefone 136 e o aplicativo disponibilizado pelo Ministério da Saúde (Coronavírus-SUS) para obtenção de maiores informações acerca da COVID-19;
- g) Proceder ao afastamento e o retorno conforme a orientação médica recebida.
- h) Os alunos com sintomas alérgicos ou outros, semelhantes aos de Covid-19, que comprovadamente não estiverem infectados com o coronavírus poderão retornar às atividades presenciais após serem avaliados, mediante recomendação médica e sua apresentação ao departamento médico do IEF;

## **12. Previsão de possibilidade de interrupção de atividades presenciais em casos de surto**

Os casos confirmados de Covid-19 deverão ser registrados pela equipe médica e gestão do IEF para o controle da quantidade de ocorrências.

Caso haja dois ou mais casos simultâneos confirmados em uma mesma turma, é recomendado que essa turma retorne ao ensino exclusivamente por meio remoto pelo período de 13 dias consecutivos. Caso haja um aumento generalizado no número de casos confirmados em diferentes turmas, será avaliada a possibilidade de isolamento completo do IEF por 13 dias, mantendo as atividades exclusivamente por meio remoto nesse período e o retorno a partir do 14º dia.

## **13. Atuação da Comissão Interna de Biossegurança do Instituto de Educação Física**

Esta comissão manteve contato permanente entre seus membros com o intuito de gerir o trabalho da comissão e realizar estudos sobre os conteúdos pertinentes ao contexto da pandemia, no âmbito científico e legal. Além disso, foram rastreados os avanços em relação ao controle da pandemia e retorno gradual das atividades presenciais nas instituições de ensino.

A comissão manteve ponto de pauta permanente nas reuniões do departamento de educação física, com o intuito de participar aos demais membros o andamento dos trabalhos sobre a biossegurança do instituto. Houve a manutenção de diálogo permanente

com as gestões do IEF, direção, chefia de departamento e coordenação de curso para a elaboração de sugestões e recomendações adequadas as particularidades do IEF.

Esta comissão se coloca à disposição das gestões para acompanhar e prestar consultoria durante os trabalhos de execução da implementação das medidas pensadas para o retorno seguro às atividades presenciais/híbridas.

Como produto desta comissão apresentamos a todos que compõem o Instituto de Educação Física, o Plano de Contingência, versão 2.0.

## Referências

CENTER FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION - CDC (USA). U.S. **Department of Health & Human Services**. 2021. Disponível em: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/php/water.html>. Acesso em: 07 out. 2021.

GOVERNO DO ESTADO DO RIO DE JANEIRO (Rio de Janeiro). Secretaria de Saúde. **Painel Coronavírus Covid-19**. 2021. Disponível em: <https://painel.saude.rj.gov.br/monitoramento/covid19.html>. Acesso em: 07 out. 2021.

IFF/FIOCRUZ (Rio de Janeiro). **Instituto Nacional de Saúde da Mulher, da Criança e do Adolescente Fernandes Figueira (IFF/Fiocruz)**. 2017. Disponível em: <https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/atencao-mulher/medidas-de-prevencao-e-controle-da-covid-19-limpeza-desinfeccao-e-tipos-de-precaucoes/>. Acesso em: 07 out. 2021.

MINISTÉRIO DA ECONOMIA (Brasília). **DIÁRIO OFICIAL DA UNIÃO – IMPRENSA NACIONAL**. 2021. **INSTRUÇÃO NORMATIVA Nº 90, de 28 de setembro de 2021**. Disponível em: <https://www.in.gov.br/en/web/dou/-/instrucao-normativa-sgp/sedgg/me-n-90-de-28-de-setembro-de-2021-349566093>. Acesso em: 08 out. 2021.

MINISTÉRIO DA SAÚDE (Brasília). **PLANO NACIONAL DE OPERACIONALIZAÇÃO DA VACINAÇÃO CONTRA A COVID-19**. 2021. Disponível em: [https://www.gov.br/saude/pt-br/media/pdf/2021/janeiro/29/planovacinaacaocovid\\_v2\\_29jan21\\_nucom.pdf](https://www.gov.br/saude/pt-br/media/pdf/2021/janeiro/29/planovacinaacaocovid_v2_29jan21_nucom.pdf). Acesso em: 07 out. 2021.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE (Brasília). **Site da Organização Mundial da Saúde para as Américas**. 2021. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/brasil>. Acesso em: 07 out. 2021.

Governo do Estado do Rio de Janeiro (Rio de Janeiro). Secretaria de Saúde. **Mapa de Risco de Covid-19 do Estado do Rio de Janeiro: 49ª atualização - 22/09/2021**. Disponível em: <https://www.saude.rj.gov.br/noticias/2021/09/mapa-de-risco-covid-19-estado-do-rio-de-janeiro-tem-queda-de-30-no-numero-de-obitos-e-segue-com-baixo-risco-de-transmissao-da-doenca>. Acesso em: 07 out. 2021.

PREFEITURA MUNICIPAL DE NITERÓI (Niterói). **Painel Covid-19**. 2021. Disponível em: <http://www.niteroi.rj.gov.br/painelcovid/>. Acesso em: 07 out. 2021.

SWIM ENGLAND. (Loughborough). **Swimming.org**. 2021. Disponível em: [https://www.swimming.org/swimengland/swimming-pool-water-inactivates-covid19-virus/?utm\\_cam](https://www.swimming.org/swimengland/swimming-pool-water-inactivates-covid19-virus/?utm_cam). Acesso em: 07 out. 2021.

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS (Campinas). FACULDADE DE EDUCAÇÃO. **Cálculo de Estudantes por Sala**. 2020. Disponível em: <https://www.fe.unicamp.br/salas/>. Acesso em: 07 out. 2021.

UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE (Niterói). **Site da Universidade Federal Fluminense**. 2021. Disponível em: <https://www.uff.br/coronavirus>. Acesso em: 07 out. 2021.

UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE (Niterói). **Plano de contingência da UFF**. 2021. Disponível em: [https://www.uff.br/sites/default/files/plano\\_de\\_contingencia\\_uff\\_-\\_versao\\_6.pdf](https://www.uff.br/sites/default/files/plano_de_contingencia_uff_-_versao_6.pdf). Acesso em: 07 out. 2021.

UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE (Niterói). **Guia da Universidade Federal Fluminense para elaboração do plano de contingência local considerando o retorno às atividades presenciais no cenário da pandemia pelo SARS-COV-2**. 2021. Disponível em: [https://www.uff.br/sites/default/files/guia\\_plano\\_de\\_contingencia\\_local\\_alterado.pdf](https://www.uff.br/sites/default/files/guia_plano_de_contingencia_local_alterado.pdf). Acesso em: 07 out. 2021.

UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE (Niterói). PROGEPE. **INSTRUÇÃO NORMATIVA Nº 011, de 15 de setembro de 2021**. 2021. Disponível em: [https://www.uff.br/sites/default/files/informes/instrucao\\_normativa\\_progepe\\_no\\_011\\_de\\_15\\_de\\_setembro\\_de\\_2021.pdf](https://www.uff.br/sites/default/files/informes/instrucao_normativa_progepe_no_011_de_15_de_setembro_de_2021.pdf). Acesso em: 07 out. 2021.