Anúncios Google
Desativar anúncios | Assinar Plus.uol!

EDITORIAS

Por que a natação é um aliado do esporte em tempos de pandemia

Especialistas falam sobre a importância da prática como prevenção, já que a ação do elemento químico elimina vírus suspensos

ROBERTO MAGALHÃES
ATUALIZADO EM 04/06/2020 2:07:00BST - 1 ⏲

Encontrar um esporte que deixe a alma menos aflita em tempos de **novo coronavírus** tem sido prioridade de algumas pessoas. Após meses de isolamento e flexibilização de vícios sensos, especialistas e estudos apontam a natação como um dos esportes mais seguros para retomar a atividade física.

CONTINUA DEPOIS DA PUBLICIDADE

As **recomendações básicas** de respeitar o distanciamento, manter a higienização com álcool em gel e usar máscara sempre que possível valem para todas as modalidades, mas a natação tem a seu favor um fator diferencial: o cloro da piscina.

MAIS SOBRE O ASSUNTO

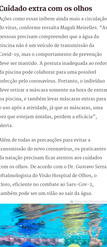
- Covid-19: ao como evitar a frequentar piscinas e mia de natação com segurança
- Confira os dicas para prevenir infecção por coronavírus
- Impulse de Cristian é flagrado furando isolamento e sem máscara em Natal
- Cinco anos de crescimento e reflexos cancelamento de Olimpíadas: "Resumos informativos"

De acordo com o estudo realizado pelo Conselho Superior de Pesquisas Científicas da Espanha, não há evidências do contágio dentro das piscinas desde que a concentração do cloro seja igual ou menor que 0,5 mg/L e o Ph menor que 8. Dessa forma, as soluções utilizadas nas piscinas são suficientes para exterminar o coronavírus e, também, outros tipos de vírus e bactérias.

A Dra. Magali Meireles, infectologista da sociedade de infectologia do DF, reforça o poder do cloro como vilão do Sars-Cov-2: "Os vírus respiratórios contamam ser eliminados pela ação do cloro, portanto a água clorada dos piscinas acaba funcionando como uma proteção, desde que o indivíduo não se exponha de outra maneira".

Academia adaptada

Cansa de poder que a água com cloro tem no combate ao coronavírus, a academia Aquafun, localizada na Asa Norte, tem refrigerado os cuidados fora da piscina. Desrespeitando as medidas adotadas estão a redução da capacidade de alunos, distanciamento de dois metros na piscina, alternância das direções do nado, não compartilhamento de materiais, higienização dos acessórios de pés e pés usar e utilização de máscaras de acrílico pelos professores.


Cinthia Lopes
Cinthia Lopes
Cinthia Lopes