

No âmbito da pandemia COVID-19, existem muitas notícias e informações por vezes contraditórias, em especial para a pessoa portadora de deficiência. É importante que a informação seja acessível e de fácil compreensão e que chegue a todos de quem dela precisa. Neste Guia, a ACADEMIA AMA apresenta um resumo sobre as medidas governamentais tomadas em relação a este público bem como um resumo da informação disponível sobre este tema na página “COVID-19 EM LEITURA FÁCIL, do site do Instituto Nacional da Reabilitação (INR), devendo estes vários documentos e sites serem consultados para informação mais detalhada. Esperamos que esta informação seja útil para si ou para qualquer familiar ou amigo que seja portador de alguma deficiência.

O Conselho de Ministros aprovou, no dia 12.3.2020, um conjunto de medidas extraordinárias e de carácter urgente para dar resposta à situação de pandemia epidemiológica do COVID-19. Nas mesmas constam um conjunto de medidas direcionadas às pessoas com deficiência e suas famílias e às entidades que desenvolvem respostas sociais na área da deficiência, como exposto no documento de “[Perguntas mais Frequentes](#)” do Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social.

De forma sucinta, e tendo em conta as orientações da Direção-Geral de Saúde (DGS) e do INR para os familiares, cuidadores, assistentes pessoais, pessoal das Organizações Não Governamentais das Pessoas com Deficiência (ONGPD's), incluindo serviços de limpeza e segurança, eis os cuidados a ter em conta ao entrarem numa casa/instituição de apoio a este público, em termos gerais e de acordo com as várias situações de deficiência:



MEDIDAS GERAIS

- Higienizar-se antes de qualquer contato;
- Usar máscara;
- Evitar contato, caso tenham sintomas da doença;
- Organizar-se para assegurar o atendimento por piso, sectores, grupos de utentes;
- Assegurar a interpretação em Língua Gestual Portuguesa;
- Garantir a existência de informação acessível e usar linguagem acessível;
- Manter diariamente atualizadas as medidas.

DOENÇAS RARAS

- As pessoas que apresentem baixa imunidade ou que tomem remédios imunossupressores devem isolar-se;
- Os doentes crónicos não podem descuidar os tratamentos em curso;
- Nos casos de medicação de uso contínuo, o médico de família deve ser contactado através de telefone;
- Uteses que utilizam ventilação mecânica e traqueostomizadas devem higienizar os equipamentos;
- Os tratamentos no exterior podem ser mais arriscados;
- Se possível, suspender idas a clínicas de reabilitação e tratamentos em curso.

DEFICIÊNCIA FÍSICA

- Pessoas com lesões medulares podem ter dificuldade respiratória e por isso enquadram-se no grupo de risco;
- Deve limpar os objetos que toca com frequência, incluindo o aro de impulsão de cadeira de rodas, o joystick, as órteses e próteses e os meios de locomoção como bengalas, muletas e andarilhos;
- Se não for urgente, devem ser evitadas idas aos hospitais, à fisioterapia ou atividades com equipamentos compartilhados.

DEFICIÊNCIA VISUAL

- Como o tato é um sentido muito explorado pelas pessoas com deficiência visual, as mesmas deverão lavar as mãos com frequência e, principalmente, após tocar em mapas táteis, corrimãos, maçanetas, entre outros, devendo utilizar álcool em gel a 70%;
- Devem limpar os objetos em que tocam com frequência, incluindo a bengala longa, com água e sabão e/ou com álcool a 70%;
- Ao receber ajuda, devem procurar segurar no ombro evitando tocar nas mãos ou cotovelo de quem o estiver a guiar, uma vez que a recomendação é de que ao tossir ou espirrar, as pessoas o façam no meio do braço.



DEFICIÊNCIA AUDITIVA

- No caso da pessoa com deficiência utilizar a língua gestual como forma de comunicação, a mesma deve evitar tocar na cara se as suas mãos não estiverem limpas;
- As pessoas surdas ou com deficiência auditiva ou da fala, poderão utilizar o Chat SNS 24 (requer registo prévio), por mensagem escrita, para acederem ao serviço de triagem, aconselhamento e encaminhamento do SNS 24.

SURDOCEGUEIRA

- As pessoas que comunicam usando o contato físico devem higienizar as mãos e antebraços;
- Deverão ainda considerar as indicações da DGS e do INR expostas para os casos da Deficiência Visual e Auditiva.



DEFICIÊNCIA INTELECTUAL

- As pessoas com deficiência intelectual podem ter dificuldade de compreender as recomendações pelo que se deve certificar que as mesmas têm acesso à informação em leitura fácil disponível no site do INR;
- Estas pessoas podem ainda precisar de ajuda nos cuidados com a higiene pessoal;
- Portadores de Síndrome de Down podem ter uma incidência maior de disfunções da imunidade, cardiopatias congénitas e doenças respiratórias, devendo, assim, serem consideradas como grupo de risco.

PARALISIA CEREBRAL

- As pessoas com paralisia cerebral complexa têm maior risco de desenvolver um quadro grave de COVID-19;
- É muito importante manter controlada a condição de saúde das pessoas com paralisia cerebral, durante o período de confinamento, bem como a saúde dos respetivos familiares e/ou cuidadores;
- Devem ser acauteladas as quantidades de medicamentos e de dispositivos de saúde essenciais, para as pessoas com paralisia cerebral, e para os respetivos cuidadores, durante um período de 60 dias;
- Se houver alguma dúvida sobre as marcações das consultas ou dos apoios que previstos para este período da crise, o agendamento pode ser confirmado com a instituição que segue a pessoa com paralisia cerebral.



O Impacto do encerramento dos Centros de Acolhimento Ocupacionais e Apoios às Pessoas com Deficiência no âmbito do COVID-19.

Os Centros de Acolhimento Ocupacionais (CAO's) na sua maioria estão fechados, tendo as famílias assumido a totalidade dos cuidados e, por inerência, já acusam perda de rendimentos, elevados níveis de stress e desgaste físico e emocional. Assim, é ainda mais premente que as famílias e os cuidadores destas pessoas com deficiência adotem as medidas de prevenção da DGS e garantam o equipamento de proteção individual das mesmas.

O Instituto Nacional para a Reabilitação (INR), para colmatar algumas destas dificuldades, já tem disponíveis no seu site:

1. Uma página de [leitura fácil sobre o coronavírus e a COVID-19](#).
2. Ferramentas de aprendizagem *online* para os que não podem ir aos CAO'S, estando a envolver neste processo também as famílias de crianças e jovens com deficiência.

No desenvolvimento das ferramentas referidas, realizam-se reuniões informativas *online*, de participação livre, a fim de incentivar a conexão entre as pessoas, combatendo o isolamento social criado pela emergência do Coronavírus. As reuniões têm lugar no Microsoft Teams.

Por fim, as famílias também devem estar informadas dos apoios sociais, garantindo a proteção e direitos das pessoas com deficiência. tais como as prestações por deficiência, o apoio ao cuidador, dos próprios [serviços sociais](#) ou das organizações de pessoas com deficiência.



“As pessoas com deficiência sentem que foram deixadas para trás. Medidas de contenção, como o distanciamento social e o autoisolamento, podem ser impossíveis para aqueles que dependem do apoio de outros para comer, vestir-se e tomar banho”.

Catalina Devandas, Relatora Especial da ONU para os Direitos das Pessoas com Deficiência