

INFORMAÇÕES ESPECÍFICAS

Familiares, cuidadores, assistentes pessoais, pessoal das ONGPDs (incluindo serviços de limpeza e segurança), ao entrarem numa casa/instituição, devem:

- Higienizar-se antes de qualquer contato;
- Usar máscara caso tenham tido contato com casos suspeitos;
- 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;
- Manter diariamente atualizadas as medidas.

Doenças Raras

- Pessoas que apresentem baixa imunidade ou que tomem remédios imunossupressores devem isolar-se;
- Doentes crónicos não podem descuidar os tratamentos em curso;
- Caso utilize medicação de uso contínuo, contacte o seu médico de família através de telefone;
- Pessoas que utilizam ventilação mecânica e traqueostomizadas devem higienizar os equipamentos;
- Tratamentos no exterior podem ser mais arriscados;
- Se possível, suspenda 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;
- Limpe 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, evite ir a hospitais, à fisioterapia ou atividades com equipamentos compartilhados.

Deficiência visual

- O tato é um sentido muito explorado, por isso, lave as mãos com frequência e principalmente após tocar em mapas táteis, corrimãos, maçanetas, entre outros, e utilize álcool em gel a 70%;
- Limpe objetos que toca com frequência, incluindo a bengala longa, com água e sabão e com álcool a 70%;
- Ao receber ajuda, procure 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.

Descrição da forma correta de lavar as mãos em 6 passos:

- Esfregue as palmas com as mãos retas em sentido vai e vem;
- Esfregue o dorso e entre os dedos de cada mão;
- Faça uma concha com cada mão e esfregue uma na outra;
- Lave as pontas dos dedos e as unhas de cada mão esfregando-os na palma da outra mão;
- Lave os polegares e os punhos;
- Abra ou feche a torneira com os cotovelos.

Deficiência auditiva

- Se utiliza a língua gestual como forma de comunicação evite tocar na cara se as suas mãos não estiverem limpas.
- As pessoas surdas ou com deficiência auditiva ou da fala, deverão utilizar o [Chat SNS 24](#) (requer registo prévio), por mensagem escrita.

Surdocegueira

- Pessoas que comunicam usando contato físico devem higienizar as mãos e antebraços.

Deficiência intelectual

- As pessoas com deficiência intelectual podem ter dificuldade de compreender as recomendações;
- Podem necessitar de maior supervisão;
- Precisam redobrar o cuidado com a higiene pessoal;
- Pessoas com Síndrome de Down podem ter uma incidência maior de disfunções da imunidade, cardiopatias congénitas e doenças respiratórias, portanto, devem ser consideradas grupo de risco.

Paralisia Cerebral

As pessoas com paralisia cerebral complexa têm maior risco de desenvolver um quadro grave de infeção por COVID-19. Quer seja uma pessoa com paralisia cerebral, quer seja seu familiar ou cuidador/a, nas próximas semanas faça o possível para manter bem controlada a sua condição de saúde e a daqueles que de si dependem.

Se possível, tenha em casa as quantidades de medicamentos e de dispositivos de saúde essenciais, para si e para os que de si

dependem (para um período de 60 dias). Se tiver alguma dúvida sobre as marcações das consultas ou dos apoios que tenha previstos para este período da crise, confirme o seu agendamento com a instituição que o segue. Consulte as [Recomendações para pessoas com paralisia cerebral, as suas famílias e os seus amigos, em contexto da COVID-19](#).da FAPPC.