

# Plano de Contingência:

Fase Desconfinamento

Maio de 2020

**CIDI.** Centro de Inovação e Desenvolvimento para a Inclusão Setúbal

**Cavi Setúbal.** Centro de Apoio à Vida Independente Setúbal

**Cavi Alentejo** Centro de Apoio à Vida Independente Alentejo

## ÍNDICE

1- OBJETIVOS DO PLANO .....	4
2- ÂMBITO DE APLICAÇÃO.....	4
3- PRECAUÇÕES ANTES DO ACESSO AOS CONTEXTOS.....	5
4- DESLOCAÇÃO PARA OS CONTEXTOS .....	5
5- ACESSOS ÀS INSTALAÇÕES DA INOVAR / OUTROS CONTEXTOS .....	6
6- ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO .....	7
6.1 - MEDIDAS ORGANIZACIONAIS ADOTADAS DURANTE O PERÍODO DE ESTADO DE EMERGÊNCIA.....	7
6.2 - MEDIDAS ORGANIZACIONAIS A ADOTAR EM PERÍODO DE DESCONFINAMENTO.....	8
7- RECOMENDAÇÕES A ADOTAR PELOS COLABORADORES .....	10
7.1- A ADOTAR NOS ESPAÇOS DA INOVAR AUTISMO.....	10
7.2- A ADOTAR EM DESLOCAÇÕES.....	11
7.3- A ADOTAR EM PRESTAÇÕES DE SERVIÇOS FORA DA ESTRUTURA DA ASSOCIAÇÃO .....	12
7.4 - MEDIDAS ESPECÍFICAS A ADOTAR PELOS ASSISTENTES PESSOAIS ...	12
8- PROCEDIMENTOS A CONSIDERAR AQUANDO DA PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS POR PARTE DA ASSOCIAÇÃO .....	14
8.1 Atendimento Geral.....	14
8.2 Projetos .....	14
9- SINTOMAS COVID-19.....	16
ANEXOS.....	17
ANEXO 1. DOCUMENTOS DA INOVAR .....	17
ANEXO 1.1. HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS.....	17
ANEXO 1.2. PROCEDIMENTOS GERAIS .....	18
ANEXO 1.3. INFORMAÇÃO SOBRE O COVID-19 .....	19
ANEXO 1.4. PROCEDIMENTOS PARA ASSISTENTES PESSOAIS/ TÉCNICOS/AS .....	20

ANEXOS 2. DOCUMENTOS GERAIS.....	21
ANEXO 2.1. DOCUMENTO INFORMATIVO DA DIREÇÃO-GERAL DA SAÚDE ....	21
ANEXO 2.2. DOCUMENTO INFORMATIVO DA FERMABE .....	22
ANEXO 2.3. IMAGENS DO MATERIAL DE PROTEÇÃO ADQUIRIDO.....	23
ANEXO 2.4. DOCUMENTOS E LINKS PERTINENTES .....	23

## 1- OBJETIVOS DO PLANO

Tendo em conta a decretação, por parte da OMS, do COVID-19 como pandemia, a Inovar Autismo iniciou um plano de contingência a aplicar e adaptar por cada estrutura a fim de orientar, agilizar e uniformizar os procedimentos a adotar perante a situação de pandemia; monitorizar o ponto de situação nacional e internacional; disponibilizar informação credível e minimizar o impacto nos colaboradores e destinatários.

Após o Governo decretar Estado de Calamidade e conseqüente abertura de algumas áreas da economia, a Inovar Autismo pretende, com este plano, criar normas e diretrizes para que o regresso ao contexto habitual de trabalho e a conseqüente reabertura dos serviços que foram reduzidos ou encerrados, seja feito com a maior segurança possível, quer dos colaboradores quer dos destinatários que acompanhamos.

## 2- ÂMBITO DE APLICAÇÃO

O presente plano de reorganização das diversas equipas da Inovar Autismo, é aplicável a todos os colaboradores das diversas estruturas, bem como aos destinatários de apoio dos cavis, órgãos sociais, parceiros, soci@s e terceiros que frequentem as instalações das estruturas da Inovar Autismo. Este plano aplica-se quer aos espaços físicos da Inovar, quer aos restantes espaços e contextos da comunidade que os assistentes pessoais ou colaboradores frequentem, na sua atividade diária ou em representação da Inovar Autismo em reuniões, eventos ou ações externos.

O conteúdo informativo tem como base as indicações da DGS, tendo em conta a evolução do quadro epidemiológico da doença. Desta forma e em conformidade com as indicações da DGS o presente plano pode sofrer alterações e/ou adendas.

O presente plano será implementado nas estruturas da Inovar que se referenciam:

**CDI** . Centro de Inovação e Desenvolvimento para a Inclusão

Av. D. Manuel I, nº 40 - 2º Dto.2910-592 Setúbal

**Cavi Setúbal** . Centro de Apoio á Vida Independente

Av. D. Manuel I, nº 40 - 2º ESQ.2910-592 Setúbal

**Cavi Alentejo**. Centro de Apoio á Vida Independente

### **3- PRECAUÇÕES ANTES DO ACESSO AOS CONTEXTOS**

- Se o trabalhador tiver algum sintoma associado à COVID-19, o regresso ao local de trabalho deve ser adiado até existir a confirmação de que não há risco para ele nem para os restantes colegas. Desta forma, o trabalhador deve contactar a linha SNS 24 (808 24 24 24);
- Caso o trabalhador tenha mantido contacto próximo com casos suspeitos, ou confirmados de COVID-19, não deve regressar ao trabalho até contactar a linha SNS 24 e receber as orientações adequadas à sua situação;
- Se o trabalhador pertencer ao grupo de pessoas sujeitas a um dever especial de proteção, a Inovar Autismo avaliará o seu regime de trabalho, de acordo com a sua função na estrutura a que está afecto. Entre os grupos sujeitos a um dever especial de proteção estão os maiores de 70 anos, os imunodeprimidos e os portadores de doença crónica que, de acordo com as orientações da Direção-Geral da Saúde, devam ser considerados de risco, designadamente os hipertensos, os diabéticos, os doentes cardiovasculares, os portadores de doença respiratória crónica e os doentes oncológicos.
- As medidas anteriores aplicam-se não apenas aos trabalhadores da Inovar Autismo, como também aos membros dos órgãos sociais, soci@s, beneficiários dos CAVI's e respetivas família e /ou outras pessoas que necessitem do nosso apoio, frequentem os nossos espaços ou pretendam aceder aos nossos serviços.
- No caso dos sóci@s, pessoas com autismo ou familiares que se encontrem inseridos nas pessoas sujeitas a dever especial de proteção, e em caso de necessitarem do apoio no âmbito dos CAVI's ou de outro recurso ou serviço da Inovar Autismo, o apoio e/ou atendimento será programado em função de uma avaliação da situação em concreto.

### **4- DESLOCAÇÃO PARA OS CONTEXTOS**

- A opção pelo transporte até aos contextos é da responsabilidade de cada pessoa, enquadrada no seu contexto socioeconómico e situação familiar. No caso das deslocações no âmbito das atividades da Inovar, estas são enquadradas no âmbito dos diversos programas de financiamento e

enquadradas no plano de mobilidade sustentável em concordância com as diretivas da DGS para as deslocações em território nacional.

- No caso da opção pelo transporte individual deverá assegurar-se as seguintes medidas: a limpeza do veículo deve ser feita com regularidade, deve ser evitado o transporte de mais pessoas para além do condutor, salvo se se tratar de elementos da mesma família.
- Caso as deslocações sejam realizadas por meio de transporte público e/ou outro coletivo, a pessoa deve respeitar, sempre que possível, o distanciamento social de 2 metros e utilizar a máscara de proteção individual.
- Caso as deslocações sejam realizadas a pé deve manter-se o distanciamento social de 2 metros e utilizar a máscara de proteção individual.
- No caso das deslocações que sejam utilizadas de bicicleta deverá manter-se o distanciamento social principalmente de conjugar a utilização da bicicleta com outro meio de transporte, devendo garantir a higienização e limpeza da bicicleta.
- É essencial a higienização das mãos ao longo das deslocações e objetos de contacto frequente.
- No caso nomeadamente dos assistentes pessoais que prestam apoio em contexto familiar, aconselha-se a mudança de roupa e/ou de alguma forma a proteção da roupa que usou em contexto de deslocação e a que irá usar em contexto familiar do beneficiário.

## **5- ACESSOS ÀS INSTALAÇÕES DA INOVAR / OUTROS CONTEXTOS**

- O acesso aos contextos deve ser organizado a fim de evitar aglomerações nas entradas.
- Não é permitida a entrada nas instalações da Inovar Autismo, com calçado da rua. Desta forma, todos os colaboradores da Inovar Autismo, órgãos sociais, soci@s e demais pessoas que frequentam habitualmente as nossas instalações, deverão providenciar calçado próprio e único para a frequência do espaço (calçado de utilização exclusiva nas instalações e em concordância com as funções que desempenha, podendo ser utilizadas meias, chinelos, etc.). Este calçado deverá ser guardado em espaço próprio na entrada das instalações por forma a que a troca de calçado seja realizada fora da área interna.

- Para as restantes pessoas que necessitem de aceder pontualmente aos espaços da Inovar (reunião, atendimento, terapias, etc.) dispomos de protetor de calçado para utilização nas nossas instalações.
- No caso dos assistentes pessoais que trabalhem em contexto familiar deverão utilizar também calçado próprio e único para o desenvolvimento do apoio.
- Nas instalações da Inovar Autismo é obrigatório o uso de equipamento de proteção individual, nomeadamente a máscara (de uso obrigatório), conjugada com viseira.
- Os assistentes pessoais, de acordo com os contextos e com o distanciamento social possível de manter em cada tarefa, deverão utilizar preferencialmente máscara, conjugada com viseira.

## **6- ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO**

### **6.1 - MEDIDAS ORGANIZACIONAIS ADOTADAS DURANTE O PERÍODO DE ESTADO DE EMERGÊNCIA**

- Durante o período de estado de emergência a Inovar Autismo adotou diversos regimes de trabalho: presencial, teletrabalho em permanência ou teletrabalho com deslocações pontuais às instalações da Inovar.
- No caso dos assistentes pessoais, foram também adotados regimes diversos em concordância com as pessoas com autismo / neurodiversidades e de acordo com os seus contextos familiares, tendo-se mantido alguns apoios presenciais, outros mediante a utilização de novas tecnologias e ainda outras situações mistas (presencial e com recurso ao telefone, videochamada, etc).
- Não foi aplicado o regime de lay-off nem foram cessados os contratos de trabalho e de estágios profissional e académico em curso.
- Estes diversos regimes de trabalho foram adoptados mediante uma avaliação conjunta com as equipas, pessoas com autismo e suas famílias e, em cumprimento das disposições legais gerais bem em concordância com as diretivas das entidades oficiais gestoras dos programas em curso (INR, Erasmus +, PorLisboa e POISE).
- Nomeadamente o caso específico dos CAVI's, em que o apoio às pessoas com deficiência prestado no âmbito da assistência pessoal nunca foi decretado o seu cancelamento, a atividade dos assistentes pessoais manteve-se de acordo com as solicitações das pessoas com deficiência, tendo-se adoptado o modelo

presencial e/ou o apoio através dos meios de comunicação como telefone, videochamada, entre outros.

- No caso dos programas em curso, todas as reuniões e ações programadas como reuniões de peritos, focus group, foram realizadas recorrendo aos meios digitais ao dispor.
- No caso da monitorização do acompanhamento do apoio dos assistentes pessoais, esta manteve-se recorrendo aos meios ao dispor e de acesso mais facilitado pelos intervenientes: telefone, videochamada, email, entre outros.
- O contacto com parceiros, sócios e outras entidades foi mantida pelas equipas com recurso aos meios atrás descritos.
- Durante o período de Estado de Emergência foram realizadas ações de formação para os colaboradores da Inovar Autismo, quer através da frequência de webinários disponibilizados por organizações diversas, quer por workshops organizados pela Inovar com o empenho de tod@s e de acordo com os seus saberes e formação base, bem como o recurso à formação para ativos do IEFP.
- Durante o período de confinamento descobrimos novas formas de trabalho e de organização do mesmo, bem como novos modelos de trabalho cooperativo entre equipas, que surgiram por força das circunstâncias do afastamento social, mas que possibilitaram no futuro uma maior resiliência e presentemente a disponibilização de uma maior diversidade de modelos de organização e realização de atividades, eventos e de tarefas.

## **6.2 - MEDIDAS ORGANIZACIONAIS A ADOTAR EM PERÍODO DE DESCONFINAMENTO**

- A avaliação dos regimes de trabalho e da continuidade destes foi avaliada pela direção da Inovar em conjunto com as coordenadoras das diversas estruturas da Inovar e em estreita colaboração com as entidades públicas gestoras dos programas e projetos em execução.
- Nesta fase de desconfinamento estão a ser acauteladas as condições para o seu exercício, bem como o bem-estar dos beneficiários do apoio ou serviços da Inovar.
- O regresso dos diversos colaboradores deve ser faseado, uma vez que apenas devem estar presentes no local de trabalho os trabalhadores considerados como necessários ao trabalho presencial;
- A Inovar Autismo irá desfazer os horários dos seus colaboradores para permitir que o distanciamento físico seja mantido. Assim, deverão ser contempladas



possibilidades como a redistribuição de tarefas, a rotatividade dos trabalhadores ou a definição de diferentes horários para pausas;

- Nas atividades em que seja necessário o exercício de funções de forma presencial, seja a tempo completo ou a tempo parcial, a Inovar Autismo irá adotar medidas técnicas e organizacionais que garantam o distanciamento e a proteção dos nossos trabalhadores;
- A Inovar Autismo assegurará a alteração da disposição dos postos de trabalho (por ex. máximo de 2 colaboradores por sala, disposição das secretárias em X, distância de 2 metros entre colaboradores) de maneira a assegurar a redução de contacto pessoal e o necessário distanciamento físico;
- Serão privilegiados reuniões e trabalhos de grupo que não sejam presenciais. Quando a presença física for imprescindível deve-se reduzir ao mínimo indispensável o número de pessoas em cada reunião utilizando, para o efeito, as salas de maior dimensão e que possuam ventilação natural. Irá ser instituída uma distância de segurança (recomendação +/- 1 metro) entre as cadeiras;
- Estarão ao dispor, dispensadores de sabonete líquido, bem como soluções alcoólicas e soluções desinfetantes, bem como papel para limpeza das mãos. A nossa associação disponibiliza produtos de limpeza adequados para a desinfeção dos postos de trabalho;
- A Inovar Autismo possibilitará a lavagem das mãos com água e sabão líquido;
- Iremos, também, providenciar contentores específicos para a colocação de lixo;
- A Inovar Autismo assegurará a ventilação natural dos espaços de trabalho;
- Serão afixados posters informativos que promovam a higienização das mãos (através da lavagem ou pela utilização de SABA) por todos os colaboradores e demais pessoas que frequentem as instalações da Inovar Autismo e CAVIs;
- Deverão ser incrementados procedimentos de higienização das mãos junto de pessoas externas à associação (ex. público /destinatários/ familiares/ fornecedores/ prestadores de serviços e fornecedores) que utilizam/visitam a associação antes de se iniciar um atendimento, reunião, evento, visita, vistoria ou outra situação similar;
- Serão instituídos procedimentos de conduta social junto dos trabalhadores, quanto às formas de contacto a evitar/suprimir entre os trabalhadores e entre estes e os destinatários/familiares/público e fornecedores (ex. apertos de mão, abraços), assim como condutas de atuação junto destes (ex. entrega de encomendas preferencialmente sem entrada do trabalhador nas instalações de da associação ou do domicílio);

- Deverá ser assegurado que a entidade prestadora de serviços que procede às atividades de higienização e desinfecção, tem instituídas, nos seus procedimentos, as necessárias medidas que evitam o risco de transmissão da COVID-19 (ex. panos específicos para cada área de risco/tipo de superfície);
- O exercício da atividade da Inovar Autismo, é orientado pelo princípio da minimização de risco, pelo que será evitada a realização de atividades que impliquem ajuntamentos de pessoas.

## **7- RECOMENDAÇÕES A ADOTAR PELOS COLABORADORES**

### **7.1- A ADOTAR NOS ESPAÇOS DA INOVAR AUTISMO**

- Assim que os colaboradores chegam ao seu local de trabalho, devem lavar as mãos. Este procedimento deve ser adotado ao longo do dia de trabalho sempre que se contacte com outros trabalhadores e/ou pessoas que entrem no espaço da associação, bem como ao utilizar equipamentos comuns (fotocopiadora, telefone, etc);
- Evitar, sempre que possível, a utilização de equipamentos e materiais de outros colaboradores/destinatários. Caso seja mesmo necessário, deverão ser desinfetados antes e depois da sua utilização. Ao nível pessoal, é imprescindível a lavagem das mãos com água e sabão logo após a sua utilização;
- Mantenha as medidas de etiqueta respiratória, nomeadamente tapar o nariz e a boca com um lenço descartável quando tossir ou espirrar e deite-o no lixo, que deve estar num saco fechado, de seguida deve lavar as mãos com água e sabão. Em alternativa use o antebraço;
- Não utilizar o contacto físico como forma de cumprimento junto de outras pessoas;
- Assegure, sempre que possível, o distanciamento social de 2 metros;
- Evite tocar nos olhos, no nariz ou na boca;
- Higienize frequentemente o seu posto de trabalho. Pulverize diretamente a zona a desinfetar e, de seguida, seque com os toalhetes de papel;
- Tenha especial cuidado com a higienização das mãos após utilização de instalações sanitárias, após tocar em maçanetas/corrimões e objetos de contacto frequente;
- Sempre que a lavagem das mãos não seja possível os trabalhadores devem recorrer ao uso de SABA (solução antisséptica de base alcoólica), cobrindo todas as superfícies das mãos e esfregando-as até ficarem completamente secas e o produto evaporado por completo. Deve ainda ser evitado tocar em qualquer superfície até o gel secar por completo;

- Se não for possível assegurar o distanciamento físico adequado, é recomendada a adoção de medidas alternativas como a utilização de equipamento de proteção respiratória ou outro equipamento de proteção individual específico adequado;
- Sempre que seja indicada a utilização de máscaras cirúrgicas, o seu correto uso deve obedecer ao cumprimento dos seguintes passos:
  - a) Higienização das mãos, com água e sabão ou com uma solução à base de álcool, antes de colocar a máscara;
  - b) Colocação da máscara cirúrgica com o lado branco (face interna) virado para a cara, e o lado com outra cor (face externa) virado para fora;
  - c) Ajuste da extremidade rígida da máscara ao nariz, cobrindo a boca, o nariz e o queixo com a máscara, certificando que não existem espaços entre o rosto e a máscara;
  - d) Não se deve tocar na máscara enquanto esta estiver em utilização; caso tal aconteça, deve ser feita imediatamente higienização das mãos;
  - e) A máscara deve ser substituída por uma nova assim que se encontre húmida (no caso das descartáveis);
  - f) Não devem ser reutilizadas máscaras de uso único (máscaras descartáveis);
  - g) Caso a máscara cirúrgica seja composta de material reutilizável, o utilizador deverá lavá-la de acordo com as instruções do fabricante e respeitando sempre o número de utilizações recomendadas (“tempo de vida”);
  - h) A remoção da máscara deve ser feita a partir da parte de trás (não tocando na frente da máscara), segurando nos atilhos ou elásticos;
  - i) A máscara deve ser descartada para um contentor de resíduos;
  - j) Deve ser feita nova higienização das mãos, no final da utilização da máscara.
- Sempre que possível e as condições climatéricas o permitam, os colaboradores deverão manter as janelas abertas para arejamento do espaço.

## **7.2- A ADOTAR EM DESLOCAÇÕES**

- Caso o colaborador necessite deslocar-se de transportes públicos, deverá ter em conta as seguintes recomendações:
  - a) Garantir a distância mínima das outras pessoas;
  - b) Posicionar costas com costas em relação a outras pessoas;
  - c) Utilizar máscara de proteção;
  - d) Evitar levar as mãos à boca, olhos ou nariz;
  - e) Virar a cara para o lado, se alguém estiver a tossir à sua frente e pedir à pessoa que está a tossir que o faça para um lenço ou para o braço ou para o cotovelo;

- f) Desinfetar as suas mãos com uma solução à base de álcool ou lavar as mãos assim que possível.

### **7.3- A ADOTAR EM PRESTAÇÕES DE SERVIÇOS FORA DA ESTRUTURA DA ASSOCIAÇÃO**

- Sempre que as implicações decorrentes do trabalho obriguem à prestação de serviços fora das instalações da associação (ex. visita aos locais de apoio dos destinatários; reuniões externas) deverão ser adotados os seguintes procedimentos:
  - a) Utilização de máscara cirúrgica obedecendo às regras do seu correto manuseamento;
  - b) Higienização frequente das mãos e dos espaços/materiais de contacto;
  - c) Utilização de meio de transporte próprio, ou, na sua impossibilidade, utilização de transportes públicos, seguindo as recomendações definidas;
  - d) No ato do atendimento/reunião, garantir a distância mínima de segurança (+/- 1 metro);
  - e) Caso o atendimento/reunião decorra em contexto domiciliário ou em ambiente desinfetado, o colaborador deverá utilizar os protetores de sapatos ou proceder à troca de calçado à entrada da habitação/instalações;
  - f) Adoção de medidas de etiqueta respiratória;
  - g) Evitar tocar nos olhos, nariz e boca com as mãos;

### **7.4 - MEDIDAS ESPECÍFICAS A ADOTAR PELOS ASSISTENTES PESSOAIS**

- O Assistente Pessoal deverá definir de antemão junto do seu destinatário/familiar quais as medidas de segurança a adotar, durante e após a prestação do apoio, dentro e fora da habitação, por forma a minimizar os riscos para todas as partes;
- Se o destinatário residir com pessoa pertencente a um grupo de risco (p.ex. pessoa clinicamente vulnerável; pessoa com mais de 65 anos de idade), os cuidados a ter deverão ser redobrados, no sentido de evitar o contacto face a face com essa pessoa.
- O Assistente pessoal deverá tentar manter a distância social, tanto quanto possível, uma vez que se reconhece que nem sempre é possível manter a distância física em relação ao seu destinatário.
- Independentemente de conseguir, ou não, manter a distância social recomendada (2 metros) o Assistente Pessoal deverá sempre utilizar os

equipamentos de proteção individual cedidos pela Inovar, a par da adoção das medidas de higiene e segurança;

- As atividades realizadas no âmbito da assistência pessoal deverão ser adaptadas no sentido de reduzir a frequência de espaços públicos fechados e/ou com grande concentração de pessoas, bem como a utilização de transportes públicos, promovendo a realização preferencial das atividades no espaço de residência dos destinatários e/ou no exterior desde que respeitadas as medidas/distâncias de segurança em áreas pouco populosas. Em cumprimento do disposto no parágrafo anterior, as atividades poderão ser adaptadas de forma impactar o menos possível nos objetivos definidos no PIAP;
- Se as atividades decorrerem em contexto doméstico, o Assistente pessoal deverá:
  - a) Auscultar junto do destinatário/familiares/coabitantes, a possibilidade de se manterem todas as portas (interiores) abertas, por forma a evitar o contacto com as mãos, assim como algumas janelas, para permitir uma ventilação cruzada;
  - b) Avaliar quais as áreas/espaços da habitação mais movimentados ou frequentados (p. ex. locais com escadas e corrimões) por forma a minimizar a passagem e evitar, sempre que possível, a prestação do apoio nesse local;
  - c) Antes de entrar na residência do seu destinatário, deverá descalçar-se à porta e trocar por uns sapatos/chinelos limpos. Se se justificar, deverá também levar uma muda de roupa para troca e colocar a “roupa da rua” dentro de um saco fechado;
  - d) Levar a sua própria refeição/bebida (sempre que seja possível e se justifique);
- Os assistentes pessoais deverão adotar, eles próprios, e promover a adoção por parte dos destinatários, dos seguintes procedimentos gerais:
  - a) Lavar as mãos, por períodos de 20 segundos com água e sabão, com frequência ao longo do dia, nomeadamente nos momentos de entrada e saída do trabalho, antes e depois das refeições, depois de atividades de grupo e de idas à casa de banho, sempre que haja contacto com objetos de utilização comum, entre outros;
  - b) Em caso de impossibilidade de lavar as mãos, deverão utilizar soluções à base de álcool com mínimo de 70% de álcool;
  - c) Adotar medidas de etiqueta respiratória: ao espirrar ou tossir, tapar o nariz e a boca com o braço (parte interior do cotovelo) ou com um lenço de papel

(que deverá ser colocado imediatamente em lixo fechado), lavando as mãos de imediato;

- d) Evitar tocar nos olhos, nariz e boca com as mãos;
  - e) Evitar partilhar comida, objetos pessoais/instrumentos de trabalho e adotar limpeza/ desinfeção frequente dos objetos, espaços e itens de utilização comum;
  - f) Minimizar o número de objetos/ pertences presentes na área de trabalho.
  - g) Monitorização o surgimento de sintomas.
- Os assistentes pessoais que manifestem sintomas de infeção respiratória (tosse, febre ou dificuldade em respirar), ou cujos destinatários/familiares/coabitantes manifestem esses sintomas, devem avisar a sua entidade patronal e não devem comparecer ao serviço.

## **8- PROCEDIMENTOS A CONSIDERAR AQUANDO DA PRESTAÇÃO DE SERVIÇOS POR PARTE DA ASSOCIAÇÃO**

Deve ser privilegiado o atendimento via telefone ou por meios digitais (e-mail ou videoconferência), em casos excecionais, este deve ser realizado tendo por base uma marcação prévia e cumprindo todas as normas de higiene e segurança.

O pagamento de quotas ou entrega de donativos deve ser, preferencialmente, feita por transferência bancária, evitando o pagamento presencial em numerário.

A realização de atividades ou ações formativas deve privilegiar, sempre que possível, a utilização de plataformas digitais para realização à distância. Sempre que a se verifique necessária a realização presencial, devem-se fazer cumprir as indicações de higienização, distanciamento e utilização de máscara (salvo casos excecionais em a condição ou incapacidade específica da pessoa não o permitam).

### **8.1 Atendimento Geral**

### **8.2 Projetos**

#### **- Projetos INR 2020**

- A equipa técnica da Inovar Autismo que está a trabalhar no âmbito dos projetos INR 2020 “Geração com Valor” e “Eu Participo”, nomeadamente na coordenação e gestão dos mesmos, encontra-se nas instalações da associação pelo que respeitará todas as medidas estabelecidas no ponto [7.1 \(Medidas a Adotar no Espaço da Inovar Autismo\)](#);

- Os técnicos alocados aos projetos, cuja atividade se realiza fora das instalações da associação, deverão adotar as medidas estabelecidas no ponto 7.3 (Medidas a adotar em prestações de serviços fora da estrutura da associação);
- No âmbito do projeto “Acessibilidade Total”, uma vez que se destina à adaptação do site da Inovar Autismo, as atividades e reuniões inerentes serão desenvolvidas nas instalações da associação e, através de vídeo conferência.

## **- Projeto Erasmus + “Young Mediators for Inclusion”**

- A equipa técnica da Inovar Autismo que está a trabalhar no desenvolvimento do projeto Erasmus + “Young Mediators for Inclusion”, encontra-se nas instalações da associação pelo que respeitará todas as medidas estabelecidas no ponto [7.1 \(Medidas a Adotar no Espaço da Inovar Autismo\)](#);
- Aquando da realização da componente prática do projeto, cuja realização se prevê para 2021, serão tomadas todas as medidas necessárias de acordo com o estabelecido a nível europeu, uma vez que o projeto tem parceiros internacionais (Espanha, Itália, Grécia e Bélgica).
- As reuniões inerentes ao projeto serão desenvolvidas nas instalações da associação e através de vídeo conferência.

## **- Musicoterapia**

- Não é permitida a entrada nas instalações da Inovar Autismo, com calçado da rua. Desta forma, para as pessoas que necessitem de aceder aos espaços da Inovar (colaboradores, alunos da musicoterapia e respetivos pais) deverão trazer consigo calçado próprio e único para a frequência do espaço (calçado de utilização exclusiva nas instalações, podendo ser utilizadas meias, chinelos, etc.). Este calçado deverá ser guardado em espaço próprio na entrada das instalações por forma a que a troca de calçado seja realizada fora da área interna.
- A circulação pelas instalações da Inovar deve cingir-se à entrada, estarão disponíveis cadeiras para que os acompanhantes possam aguardar durante a sessão de Musicoterapia.
- Nas instalações da Inovar Autismo é obrigatório o uso de equipamento de proteção individual, nomeadamente a máscara (de uso obrigatório), conjugada com viseira.
- Os instrumentos musicais e os equipamentos utilizados serão desinfetados com soluções desinfetantes a cada sessão de musicoterapia;

- Estarão ao dispor, dispensadores de sabonete líquido, bem como soluções alcoólicas e soluções desinfetantes, bem como papel para limpeza das mãos e respetivos postos de trabalho.

## **9- SINTOMAS COVID-19**

Caso algum dos colaboradores, internos e externos, afetos à Inovar Autismo e demais estruturas, tenham tido contacto com alguém com diagnóstico de COVID-19, com alguém que tenha tido contacto com pessoas afetadas, ou, caso detectem sintomas como temperatura alta, tosse e dificuldades respiratórias, deverão seguir as medidas amplamente difundidas pela DGS e, se necessário, contactar a **Linha Saúde 24 (800 212 212)**.

Paralelamente, deverão contactar de imediato a estrutura afeta (CAVI's ou Sede) que tomará as devidas diligências.



**ANEXOS**

**ANEXO 1. DOCUMENTOS DA INOVAR**

**ANEXO 1.1. HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS**

**COVID-19** **inovar**autismo.

# LAVAGEM DAS MÃOS

(com uma solução à base de álcool)

Duração total do procedimento: **20 segundos**



Aplique o produto numa mão em forma de concha.



Esfregue as palmas das mãos uma na outra.



Lave o dorso de cada mão, com os dedos entrelaçados.



Esfregue palma com palma, com os dedos entrelaçados.



Esfregue o polegar de cada mão.



Lave as pontas dos dedos de cada mão.

### COVID-19

# MEDIDAS DE SEGURANÇA DO ESPAÇO

Descalce os seus sapatos;  
Utilize meias ou calçado alternativo;  
Solicite à Equipa Técnica protetor de calçado.



Utilize máscara de proteção (uso obrigatório).

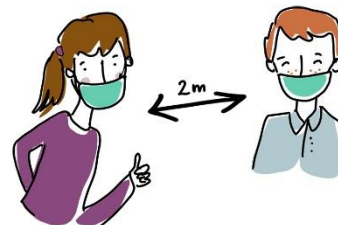


Coloque o casaco e pertences pessoais no bengaleiro disponível para o efeito.

Desinfete as mãos com o álcool-gel disponível;  
Dispomos de luvas protetoras.



Mantenha 2m de distância da equipa técnica.



Verifique se a equipa da Inovar Autismo cumpre todos os procedimentos proteção e desinfeção das superfícies.



# Covid-19

O **COVID-19**, foi identificado pela primeira vez em dezembro de 2019, na China, na Cidade de Wuhan. Este novo agente nunca tinha sido previamente identificado em seres humanos, tendo causado um surto na cidade de Wuhan. A fonte da infeção é ainda desconhecida.

A transmissão pode ser feita de pessoa-a-pessoa e o tempo de incubação do **vírus** pode durar até 14 dias. Os sintomas são semelhantes a uma gripe ou podem evoluir para uma doença mais grave, como pneumonia.

## Recomendações preventivas:



Quando espirrar,  
tape com o braço



Lave as mãos frequentemente  
com água e sabão.



Desinfete as mãos  
com álcool



Não toque com as mãos  
nos olhos, nariz e boca.



**Se tiver sintomas  
ligue para a linha  
Saúde 24  
808 24 24 24**

Tenha atenção aos seguintes sintomas:

Tosse frequente / Temperaturas altas / Falta de ar / Dores de cabeça /  
Contacto com pessoas infetadas / Perda de percepção do local ou  
tonturas.



### COVID-19 MEDIDAS DE SEGURANÇA PARA TÉCNICOS/AS

Respeitar as medidas de segurança e higiene recomendadas: Lavar e desinfetar as mãos com frequência; ao espirrar ou tossir, tapar o nariz e a boca com o braço ou com um lenço de papel; manter distância física, dentro do possível e utilizar os equipamentos de proteção pessoal.



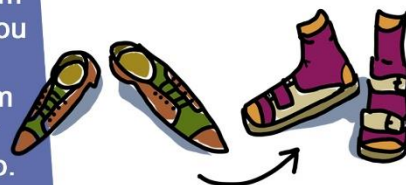
Todos/as os/as técnicos/as da Inovar Autismo foram equipados/as com um Kit "COVID-Secure" que contém: máscara certificada e reutilizável, viseira, álcool gel e desinfetante para mãos e superfícies.



Evitar partilhar comida e objetos pessoais/instrumentos de trabalho e adotar limpeza/ desinfecção frequente dos objetos, espaços e itens de utilização no trabalho com o/a destinatário/a.



Os/As Técnicos/as que manifestem sintomas de infeção respiratória, ou cujos/as destinatários/as /familiares/coabitantes manifestem esses sintomas, devem contactar a linha SNS 24 e a Inovar Autismo.



Trocar de calçado ao entrar na residência do/a destinatário/a.

ANEXOS 2. DOCUMENTOS GERAIS

ANEXO 2.1. DOCUMENTO INFORMATIVO DA DIREÇÃO-GERAL DA SAÚDE

NOVO CORONAVÍRUS

# COVID-19

## LAVAGEM DAS MÃOS (com uma solução à base de álcool)

 Duração total do procedimento: **20 segundos**

**01** Aplique o produto numa mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies

**02** Esfregue as palmas das mãos, uma na outra

**03** Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa

**04** Palma com palma com os dedos entrelaçados

**05** Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa

**06** Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa

**SEJA UM AGENTE DE SAÚDE PÚBLICA**

Partilhe informação e boas práticas sobre o COVID-19



### Regras de Prevenção COVID-19



Entre apenas se estritamente necessário. Todos os assuntos que possam ser resolvidos por via telefónica, postal ou eletrónica devem ser feitos desse modo.

É proibido entrar nas instalações sem máscara de proteção devidamente colocada;

Desinfete as mãos à entrada do estabelecimento no dispositivo existente para o efeito;

Só é permitido estarem em simultâneo no interior do estabelecimento, o número de pessoas identificado acima;

Mantenha o distanciamento físico de, pelo menos, dois metros. Quando tal não for possível, pedimos que aguarde pacientemente no exterior.

Não deixe qualquer tipo de lixo, papéis, máscaras, viseiras, etc. no interior do estabelecimento sem a prévia autorização do responsável pelo mesmo e no local indicado para o efeito.

Segurança e Saúde, um bem para todos...





## ANEXO 2.3. IMAGENS DO MATERIAL DE PROTEÇÃO ADQUIRIDO



## ANEXO 2.4. DOCUMENTOS E LINKS PERTINENTES

Sheffield Autistic Society

<https://sheffieldautisticsociety.org.uk/2020/05/31/covid19-news-on-restrictions-and-other-information/>

Coronavirus (COVID-19): Resources for the Autism Community

[https://www.actcommunity.ca/covid-19-resources?utm\\_source=ACT+-+Autism+Community+Training+Newsletter&utm\\_campaign=7b2f13eff6-early-intervention-resources-may2020&utm\\_medium=email&utm\\_term=0\\_305579140e-7b2f13eff6-1209461913&goal=0\\_305579140e-7b2f13eff6-1209461913#assessment](https://www.actcommunity.ca/covid-19-resources?utm_source=ACT+-+Autism+Community+Training+Newsletter&utm_campaign=7b2f13eff6-early-intervention-resources-may2020&utm_medium=email&utm_term=0_305579140e-7b2f13eff6-1209461913&goal=0_305579140e-7b2f13eff6-1209461913#assessment)

Medidas face à COVID-19 – DGS

[https://www.act.gov.pt/\(pt-PT\)/Itens/Noticias/Documents/19\\_MEDIDAS-280420.pdf](https://www.act.gov.pt/(pt-PT)/Itens/Noticias/Documents/19_MEDIDAS-280420.pdf)