



**CIDADE DE
SÃO PAULO**
PESSOA COM
DEFICIÊNCIA

Acesse nossas redes



[smpedsp](#)



[smpedsp](#)



[inclusaosp](#)



[smpedsp](#)



A Secretaria Municipal da Pessoa com Deficiência – SMPED elaborou protocolo para a volta ao ambiente de trabalho dos servidores públicos, estagiários e/ou prestadores de serviços.

As medidas de prevenção não se aplicam apenas no ambiente de trabalho. Devem ser contínuas, realizadas em casa, na rua, no transporte, no comércio, enfim, em todos espaços e momentos do dia-a-dia.

8 RECOMENDAÇÕES CRIANÇAS NA RESIDÊNCIA



• Cuidado redobrado com crianças, pois sempre tocam nariz, boca e olhos, além de muitos objetos. Grande risco de contaminação.



• Ensinar a criança a lavar as mãos e verificar se está fazendo corretamente.



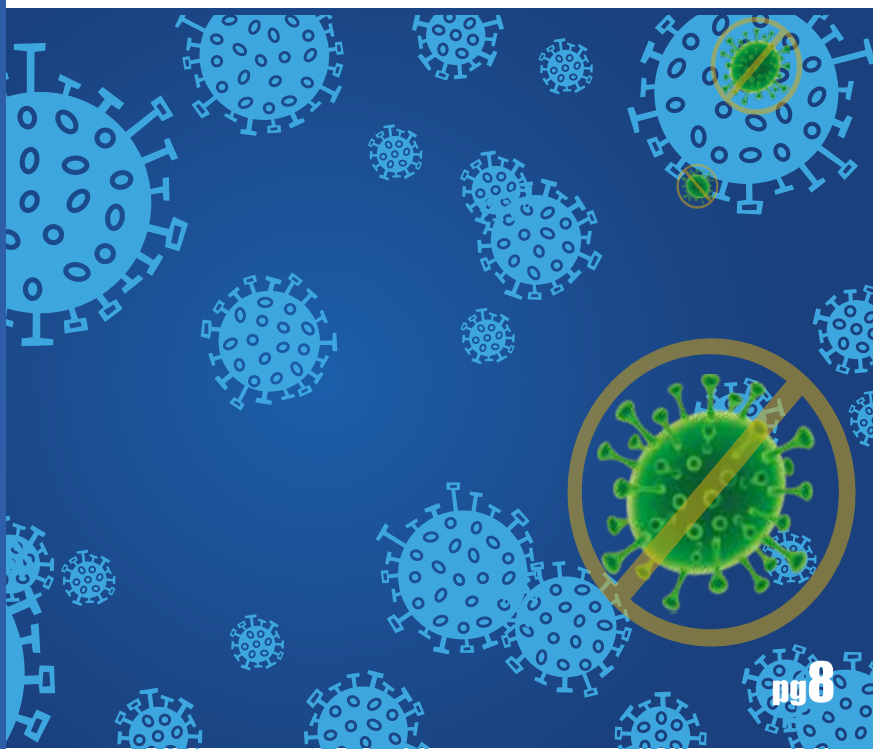
• Reforçar a limpeza e não compartilhar objetos pessoais.



• Isolar a criança do contato físico com quem tem mais de 60 anos ou está em grupo de risco.



• Não permitir que outras crianças se reúnam em casa, na rua ou em qualquer outro lugar aberto ou fechado.



1 RECOMENDAÇÕES - HALL DE ENTRADA



• Aferir a temperatura corporal de todos na entrada. Quem estiver com 37,5 graus ou mais deverá voltar para casa.



• Descartar corretamente as luvas.



• Trocar de máscara.



• Higienizar as mãos com álcool em gel, disponível na recepção e nas áreas internas da SMPED.



• Fazer a higienização de calçados, muletas, bengalas, cadeiras de rodas, próteses, andadores, bolsas, mochilas e demais acessórios.



• Higienizar as patas de cães guia.



• Vedar o acesso de pessoas que estejam sem máscara de proteção facial, salvo exceções, como pessoas com TEA.



• Evitar aglomeração nas catracas e áreas comuns do prédio.



• Não entrar em elevador cheio.



• Manter distância de pelo menos 1,5 metros dos colegas.

2 RECOMENDAÇÕES - ESTAÇÃO DE TRABALHO

- Permanecer de máscara o tempo todo.
- Fazer uso adequado e descartar as máscaras usadas em local apropriado.
- Lavar bem as mãos com água e sabão, inclusive punhos, e/ou higienizá-las com álcool em gel com frequência.
- Reforçar a higienização da estação e equipamentos de trabalho com álcool 70% (apoios de cadeira, mesa, teclado, mouse, telefone fixo, celular etc).
- Evitar contato físico direto (aperto de mãos, abraço, beijo etc) com qualquer pessoa. Caso haja contato, lave bem as mãos e o rosto imediatamente.
- Não compartilhar itens de uso pessoal, como caneta, lápis, maquiagem, copo, telefone fixo, celular e mouse.
- Manter as portas e janelas do seu setor abertas, deixando o ambiente de trabalho bem arejado.
- Evitar o máximo possível tocar em maçanetas, corrimãos, botões de elevador, balcões e braços de cadeira.
- Se possível, não use relógios, pulseiras, brincos, anéis e correntes, objetos difíceis de higienizar. Caso tenha cabelos longos, prenda-os, reduzindo a superfície de contato.



7 RECOMENDAÇÕES - PESSOAS DO GRUPO DE RISCO NA RESIDÊNCIA

- Manter pessoas de grupos de risco em isolamento.
- Não compartilhar toalhas, lençóis, talheres, copos e outros objetos de uso pessoal.
- Evitar compartilhar o banheiro. Se não for possível, desinfete-o a cada uso.
- Se a pessoa tiver tosse constante, fadiga ou febre, procurar imediatamente ajuda médica.





- Não encostar o rosto no vidro do veículo.



- Se possível, manter as janelas do veículo abertas.



- Usar o máximo de proteção possível, como máscara, luvas, boné, lenço, chapéu ou outro protetor para cabeça.

6 RECOMENDAÇÕES - CHEGADA E PERMANÊNCIA NA RESIDÊNCIA



- Ao chegar da rua, deixar os calçados na porta da residência, junto com o saquinho da máscara usada. Tomar banho imediatamente.



- Lavar bem as mãos antes de se alimentar, cozinhar, abrir a geladeira e tocar em bebês, crianças e pessoas, especialmente acima de 60 anos.



- Manter os ambientes compartilhados (cozinha, banheiro, sala) bem ventilados, com as janelas abertas.



- Após realizar a higiene das mãos com água e sabão, utilizar, preferencialmente, toalhas de papel descartáveis. Caso use toalhas de pano, trocar sempre que ficarem molhadas.



- Evitar receber visitas.



- Isolar pessoas com sintomas da doença.



- Ao tossir ou espirrar, cubra a boca e o nariz com o braço (na dobra do cotovelo), mesmo de máscara. Se utilizar papel para isso, descarte-o no lixo imediatamente.



- Evitar ir ao banheiro no trabalho. Está comprovada contaminação pelas fezes.



- Não comparecer ao trabalho se apresentar sintomas da doença (febre, tosse seca, cansaço excessivo e falta de ar). Avise o quanto antes seu coordenador(a) e busque o isolamento.



- Estará disponível no setor álcool, máscaras, luvas e sacos para descarte.

3 RECOMENDAÇÕES - ALMOÇO NA SMPED



- Manter os assentos da copa/cozinha a uma distância mínima de 1,5 metro entre um e outro.



- Lavar as mãos antes de entrar na copa/cozinha.



- Não fazer fila e não compartilhar utensílios. Busque um assento marcado, mantenha a distância e espere sua vez para usar geladeira, fogão e/ou micro-ondas.



- Utilizar seu próprio prato, talheres, copo, etc.



- Após almoçar, lave os utensílios usados na cozinha, sem fazer fila ou aglomeração.



- Antes de retornar à estação de trabalho, lave bem as mãos.



- No máximo 2 pessoas no refeitório.



- Se possível usar sua mesa para fazer as refeições.



- Usar descartáveis para água e café.

4 RECOMENDAÇÕES GERAIS - SMPED



- Comunicar a todos sobre este protocolo.



- Garantir que os banheiros sempre tenham sabonete e toalhas descartáveis, além de lixeiras com acionamento não manual.



- Reforçar a limpeza e desinfecção de locais que são mais tocados, como corrimãos, maçanetas, banheiros, interruptores, janelas, telefones, teclados de computador, máquinas acionadas por toque manual e outros.



- Evitar reuniões de trabalho presenciais e priorizar atividades de maneira remota.



- Controlar o acesso à SMPED de pessoas de grupos de risco.



- Revisar e adaptar o layout das salas de trabalho, de modo a garantir a distância mínima de 1,5 metro entre os colaboradores.



- Estabelecer revezamento entre colaboradores da mesma equipe.



- Considerar jornadas flexíveis e cuidados específicos para colaboradores e estagiários com deficiência que se enquadram no grupo de risco.



- Higienizar pisos, banheiros e todos os ambientes, bem como utensílios, equipamentos e móveis, antes da abertura e após o fechamento da SMPED.



- Manter o ambiente ventilado, com portas e janelas abertas, evitando o uso de ar-condicionado e ventilador mecânico.



- Remover o lixo com frequência, de modo a não gerar acúmulo, utilizando procedimentos seguros.



- Orientar as empresas prestadoras de serviço a capacitar e fornecer equipamentos adequados aos profissionais de limpeza e segurança.



- Considerar jornadas flexíveis para os colaboradores que tiverem filhos menores de idade com atividade escolar suspensa.

5 RECOMENDAÇÕES - USO DE TRANSPORTE PÚBLICO, POR APLICATIVO OU TÁXI



- Não colocar bolsas, mochilas ou pacotes no assento. Mantenha seus objetos com você, no colo.



- Evitar tocar olhos, nariz e boca. Lembre-se de higienizar as mãos com água e sabão ou álcool 70% antes de tocar seu rosto.