



posso ajudar?

CARTILHA INFORMATIVA



MPRS

Ministério Público
do Rio Grande do Sul

Sobre a cartilha

Considera-se pessoa com deficiência aquela que tem impedimento de longo prazo, de natureza física, mental, intelectual ou sensorial, o qual, em interação com uma ou mais barreiras, pode obstruir sua participação plena e efetiva na sociedade em igualdade de condições com as demais pessoas.

Informação é fundamental para vencer as barreiras atitudinais motivadas por preconceitos, que muitas vezes acarretam discriminação contra a pessoa com deficiência.

Para colaborar com a eliminação das barreiras impostas pelo desconhecimento, o Ministério Público do Estado do Rio Grande do Sul apresenta a cartilha “Posso Ajudar?”, com informações relacionadas às atitudes mais adequadas a serem adotadas na relação com pessoas com deficiência nas mais distintas situações. O objetivo é promover o respeito à diversidade e à dignidade dessas pessoas.

Devemos respeitar as pessoas exatamente como elas são. O respeito à diversidade humana é o primeiro passo para construirmos uma sociedade inclusiva

Informações preliminares

Deficiência não é doença, mas algumas doenças podem ocasionar deficiência.

Não subestime as possibilidades, nem superestime as dificuldades de uma pessoa com deficiência. E vice-versa, ou seja, não superestime as possibilidades, nem subestime suas dificuldades.

Sempre que você quiser auxiliar uma pessoa com deficiência, pergunte qual é a melhor forma de proceder e não se ofenda se a oferta for recusada, pois nem sempre ela é necessária.

Bom senso e naturalidade são essenciais no relacionamento com as pessoas com deficiência. Trate-as conforme a sua idade. Se for uma criança, trate-a como uma criança, se for um adulto, trate-a como um adulto. A deficiência somente impõe, em casos específicos, a necessidade de adaptações.

Ainda que a pessoa com deficiência esteja acompanhada, dirija-se diretamente a ela e não a seus acompanhantes ou intérpretes.

Terminologias

Como se referir a uma pessoa que possua algum tipo de deficiência?

Prefira usar o termo hoje mundialmente aceito: “**pessoa com deficiência** (física, auditiva, visual ou intelectual)”, em vez de “portador de deficiência”, “pessoa com necessidades especiais” ou “portador de necessidades especiais” expressões consideradas **inapropriadas atualmente**.

Os termos “cego” e “surdo” podem ser utilizados com toda **naturalidade**.

Jamais utilize termos pejorativos ou depreciativos como “deficiente”, “aleijado”, “inválido”, “mongol”, “excepcional”, “retardado”, “incapaz”, “defeituoso” etc.

Portador (a)??? **NÃO!!!**

Devemos ficar atentos à evolução histórica dos termos:

Termos como: “portador de deficiência”, “pessoa portadora de deficiência”, ou “portador de necessidades especiais” não são mais utilizados. A condição de ter uma deficiência faz parte da pessoa. A pessoa não porta uma deficiência, ela “tem uma deficiência”.

Tanto o verbo “portar” como o substantivo ou adjetivo “portadora” não se aplicam a uma condição inata ou adquirida que faz parte da pessoa. Ou seja, a pessoa só porta algo que ela pode deixar de portar. Por exemplo, não dizemos que uma pessoa “é portadora de olhos verdes”, dizemos que ela “tem olhos verdes”.

Deficiente???

NÃO!!!

Há uma **associação negativa** com a palavra “deficiente”, pois denota incapacidade ou inadequação à sociedade.

Todas as pessoas constroem sua identidade a partir dos muitos papéis que desempenham socialmente (homens, mulheres, trabalhadores, estudantes, esportistas, religiosos etc.) e também de algumas características pessoais (loiros ou morenos, magros ou gordos, usar óculos ou não).

Ter deficiência é apenas uma de suas características. Assim, a pessoa não é deficiente, ela **“tem uma deficiência”**.

Os movimentos mundiais de pessoas com deficiência, incluindo o do Brasil, já convencionaram de que forma preferem ser chamados: **pessoa(s) com deficiência**. Esse termo faz parte do texto aprovado pela Convenção Internacional sobre os Direitos da Pessoa com Deficiência da Organização das Nações Unidas e foi consagrado pela Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (LBI - Lei n.º 13.146/2015).

Tipos de Deficiência:

7 | ***Pessoas com deficiência física***

11 | ***Pessoas com paralisia cerebral***

12 | ***Pessoas com deficiência visual***

16 | ***Pessoas com deficiência auditiva***

18 | ***Pessoas com deficiência intelectual***

19 | ***Pessoa com Transtorno do Espectro Autista (TEA)***

23 | ***Pessoas com deficiência no contexto da Pandemia COVID - 19***

Pessoas com Deficiência física

Engloba vários tipos de **limitações motoras**, como paraplegia, tetraplegia, paralisia cerebral e amputação de membros.

Para conversar

É importante perceber que para uma pessoa sentada é **incômodo** ficar olhando para cima por muito tempo. Portanto, ao conversar por mais tempo que alguns minutos com uma pessoa que usa cadeira de rodas, **lembre-se de sentar**, se possível, para que vocês fiquem com os olhos no mesmo nível.



Para o deslocamento

Nunca movimente a cadeira de rodas sem antes pedir permissão para o cadeirante.

A cadeira de rodas (assim como bengalas e muletas) é parte do espaço corporal da pessoa, quase uma **extensão do seu corpo**. Apoiar-se na cadeira de rodas é tão ou mais desagradável para quem está sentado na cadeira de rodas como para quem estiver sentado numa cadeira comum.

Não largue ou apoie objetos sobre a pessoa sentada na cadeira de rodas ou sobre a própria cadeira.

Ao ajudar uma pessoa em cadeira de rodas, faça-o com cuidado. **Preste atenção** para não bater naqueles que caminham à frente. Se parar para conversar com alguém, **lembre-se de virar a cadeira** de frente para que a pessoa também possa participar da conversa.



Ao subir uma rampa ou degrau alto com um cadeirante, a cadeira deverá ser **conduzida de frente**.



Ao descer, deve ser **conduzida de ré**, evitando assim acidentes.



Mantenha as muletas ou bengalas **sempre próximas** à pessoa com deficiência e não as mude de lugar sem sua autorização. Isso vale para qualquer outro objeto da pessoa com deficiência.

Se desconfiar que a pessoa está em dificuldades, **ofereça ajuda** e, caso seja aceita, pergunte como deve proceder. As pessoas têm suas técnicas individuais para subir escadas, por exemplo, e, às vezes, uma tentativa de ajuda inadequada pode até atrapalhar. Há situações, porém, que o auxílio é essencial. **Pergunte como agir** e não se ofenda se a ajuda for recusada.

Se você presenciar um tombo de uma pessoa com deficiência, **ofereça auxílio imediatamente**. Mas nunca aja sem antes perguntar se e **como deve ajudá-la**.

Esteja atento para a existência de barreiras arquitetônicas quando for escolher uma casa, restaurante, teatro ou qualquer outro local que queira visitar com uma pessoa com deficiência física.

Não se faz necessário deixar de usar termos como **“andar”** e **“correr”**. As pessoas com deficiência física **empregam naturalmente** essas mesmas palavras.

Pessoas com paralisia cerebral

A paralisia cerebral está incluída entre as **deficiências físicas**. É fruto da lesão cerebral, ocasionada antes, durante ou após o nascimento, causando desordem sobre os controles dos músculos do corpo. A pessoa com paralisia cerebral **não é uma criança**, nem possui uma doença grave ou contagiosa.

Trate a pessoa com paralisia cerebral com a **mesma consideração e respeito** que você usa com as demais pessoas.

Quando encontrar uma pessoa com paralisia cerebral, lembre-se que ela tem **necessidades específicas** por causa de suas diferenças individuais e **poderá apresentar movimentos involuntários** de pernas e braços, bem como contrações e expressões estranhas no rosto. Poderá ter, ainda, dificuldade para andar.

Não se intimide, **trate-a com naturalidade e respeito o seu ritmo**. Tenha paciência ao ouvi-la, pois a maioria tem dificuldade na fala. Há pessoas que confundem essa dificuldade e o ritmo lento com deficiência intelectual, o que não é correto.

Caso não compreenda o que diz, peça que repita ou escreva, **sem constrangimentos**. É melhor perguntar novamente do que simplesmente fazer de conta que entendeu e acabar não interagindo adequadamente com a pessoa.

Pessoas com deficiência visual

Redução ou ausência total da visão, podendo ser dividida em baixa visão ou cegueira.

É bom saber que **nem sempre** as pessoas com deficiência visual **precisam de ajuda**. Se encontrar alguém que pareça estar em dificuldades, identifique-se, faça-a perceber que você está falando com ela e ofereça seu auxílio. **Não se ofenda** ou melindre se ela recusar sua ajuda. A pessoa pode simplesmente sentir-se **mais confortável sozinha**.

Para conversar

Quando você chegar a um ambiente em que há uma pessoa cega, **cumprimente-a, apresente-se**, para que ela tenha ciência de que está no lugar.

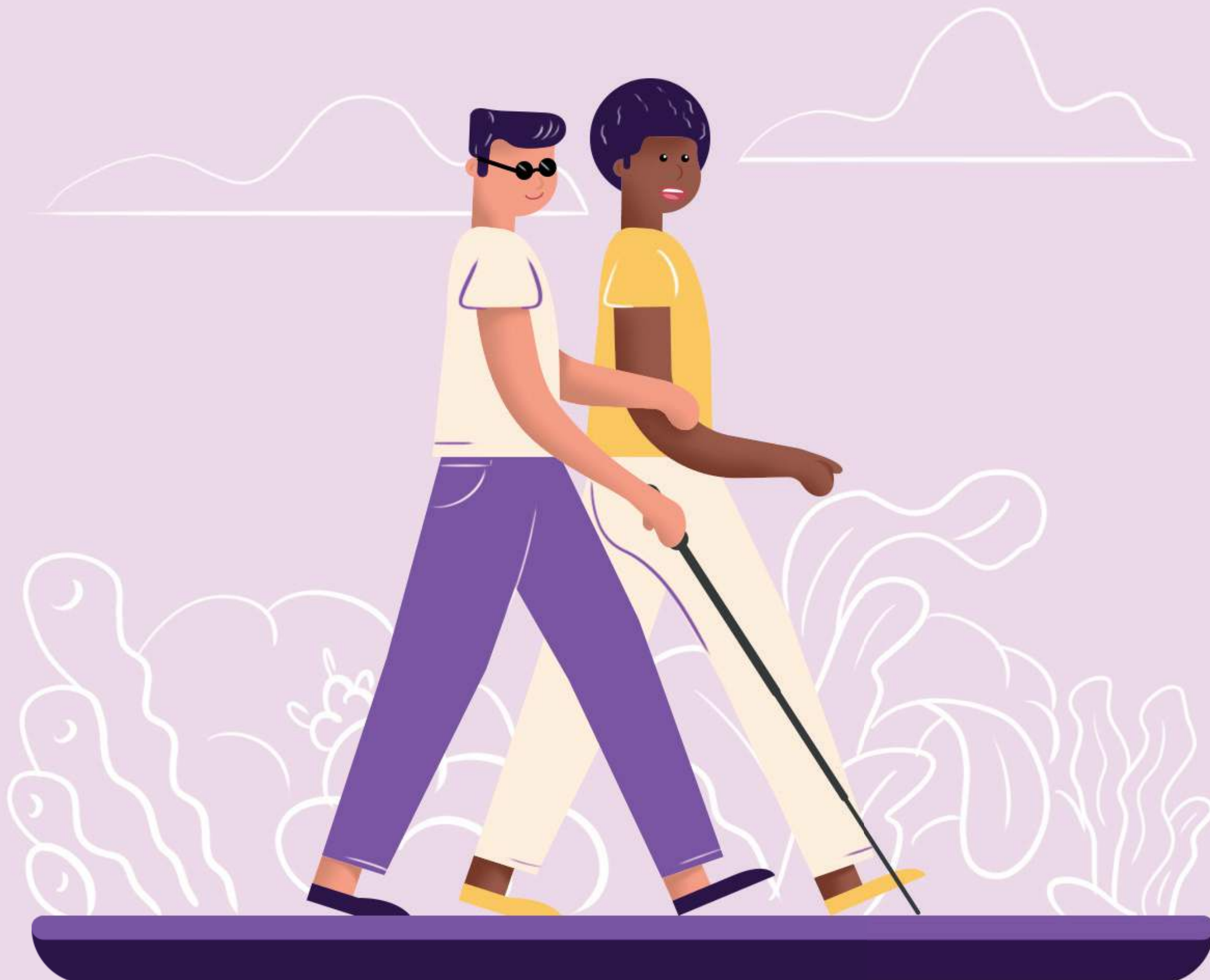
Ao sair do ambiente, da mesma forma, **avise a pessoa que está saindo**, para não haver risco de deixá-la falando sozinha.

Algumas pessoas, sem perceber, falam em tom de voz mais alto quando conversam com pessoas cegas. A menos que você saiba que a pessoa tem também uma deficiência auditiva que justifique esse comportamento, não faz nenhum sentido gritar. **Fale em tom de voz normal**.

Ao atender uma pessoa cega acompanhada de outra pessoa que a esteja guiando, **procure se comunicar diretamente** com a própria pessoa cega que está sendo atendida e não com seu acompanhante. A ausência da visão em **nada interfere na sua capacidade de responder** o que lhe é questionado.

Para o deslocamento

Nunca ajude sem perguntar como fazê-lo. Caso sua ajuda como guia seja aceita, **coloque a mão da pessoa no seu cotovelo** ou no seu ombro, como ela preferir. Ela irá acompanhar o movimento do seu corpo enquanto você vai andando.



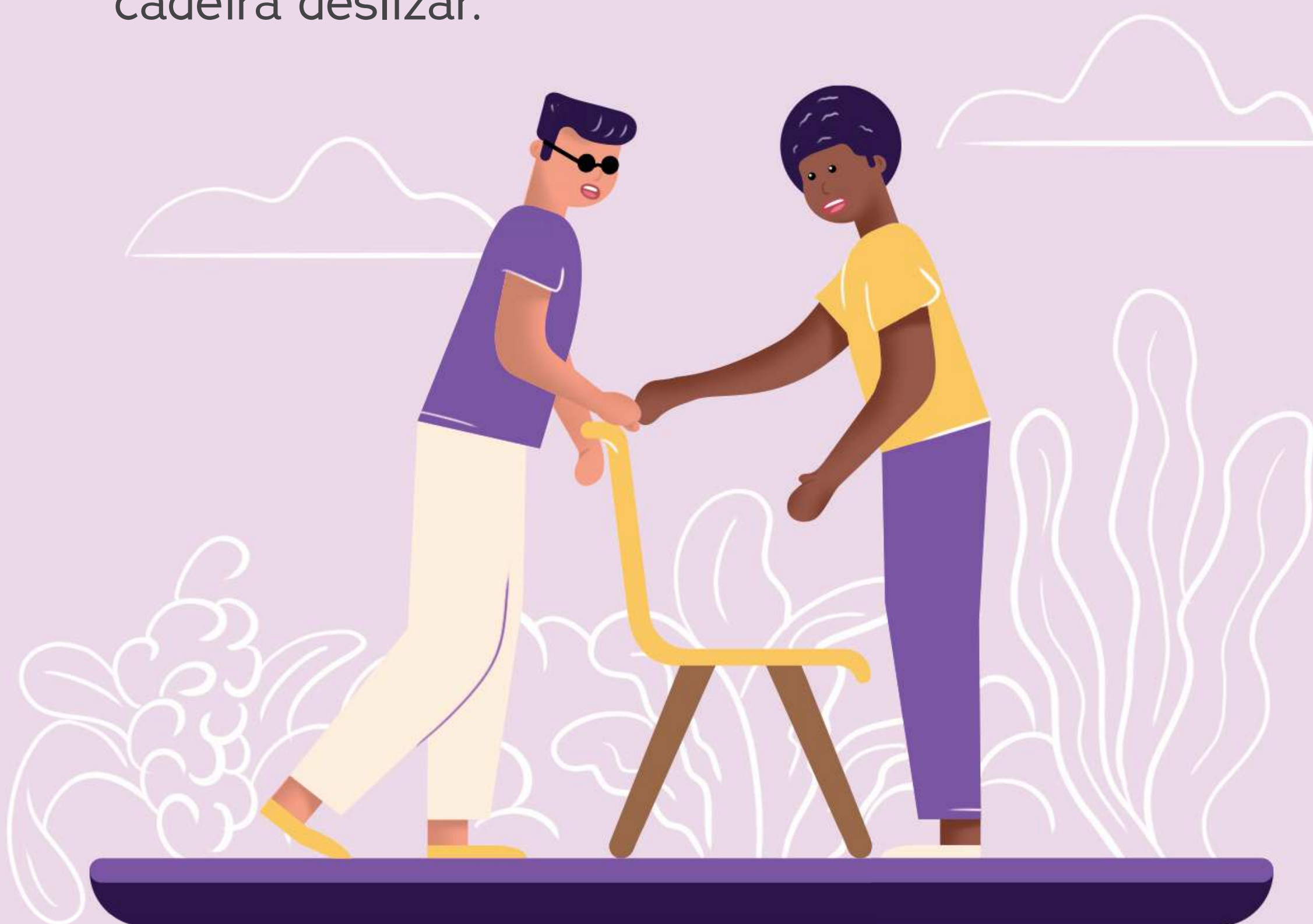
Num corredor estreito, por onde só é possível passar uma pessoa, coloque o seu braço para trás, de modo que a pessoa cega possa continuar seguindo você. **Nunca agarre a pessoa pelo braço** ou a puxe pela bengala. A pessoa cega é quem deve apoiar-se em você.

É sempre bom avisar, antecipadamente, sobre a existência de degraus, pisos escorregadios, buracos e outros obstáculos durante o trajeto.

Mantenha portas bem abertas ou bem fechadas, **nunca no meio termo**.

Observe que não haja objetos no chão ou no trajeto da pessoa. Ao explicar direções, **seja o mais claro e específico possível**; de preferência, indique as distâncias em metros: uns 20 metros a nossa frente, por exemplo.

Ao orientar uma pessoa cega para se sentar, **coloque a mão dela no encosto da cadeira**, indicando se possui braços e/ou rodas. Dessa forma, evita-se situações desagradáveis como a pessoa cega sentar em posição errada ou a cadeira deslizar.

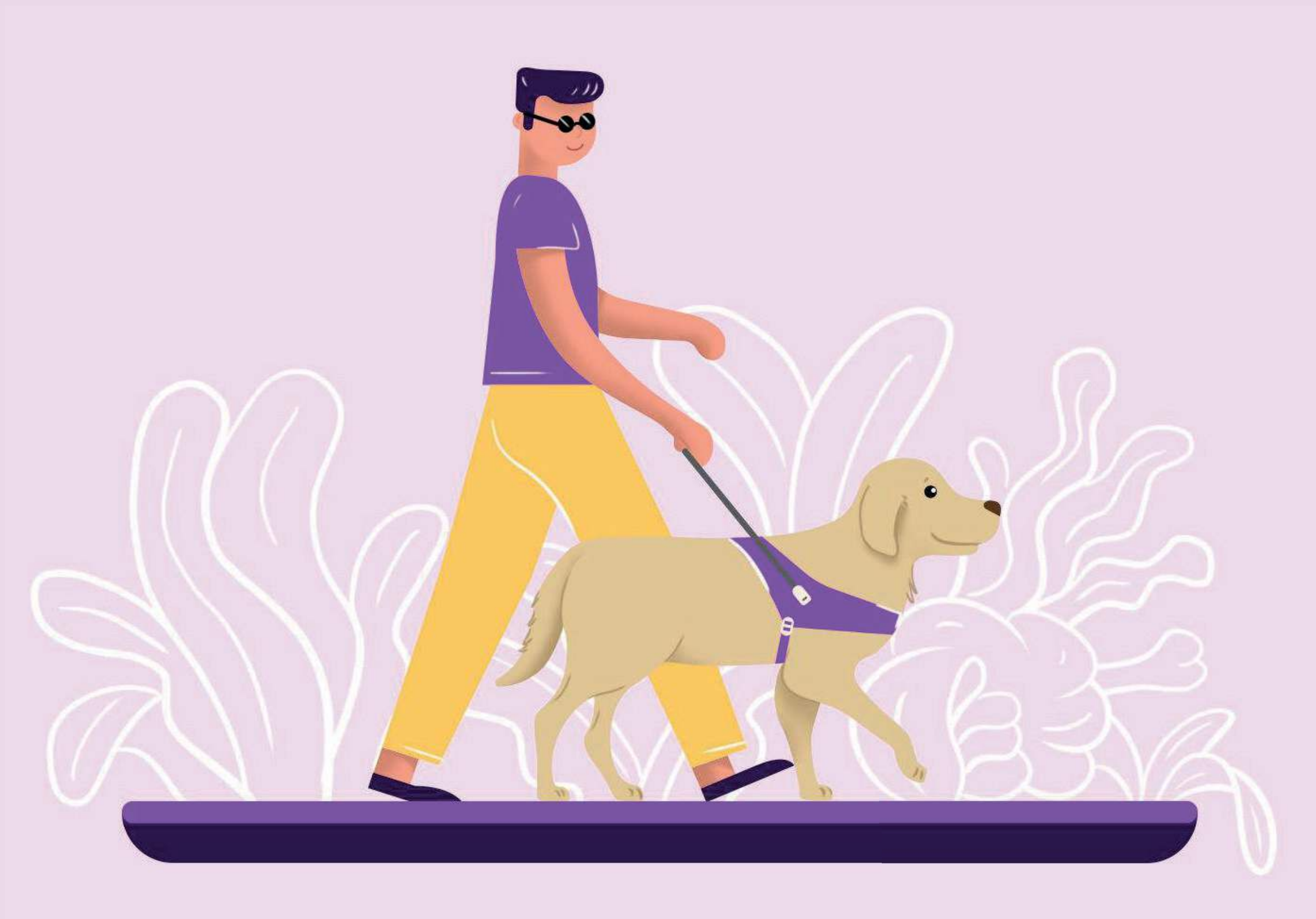


Cão-guia

A pessoa com deficiência visual tem **direito de ingressar e permanecer** em ambientes de uso coletivo acompanhada de cão-guia.

Não se deve brincar com um cão-guia, pois ele tem a responsabilidade de guiar o dono que não enxerga e não deve ser distraído dessa função.

Antes de qualquer contato com o cão-guia, **peça autorização para o seu tutor**, pois o cão está a trabalho.



Lembre-se:

As pessoas cegas ou com baixa visão **são como você**, só que não enxergam. Trate-as com o mesmo **respeito e consideração** dispensados às demais pessoas. No convívio social ou profissional, não as exclua das atividades habituais. Deixe que elas decidam como podem ou querem participar.

Fique à vontade para usar palavras como “**veja**” e “**olhe**”, pois as pessoas com deficiência visual as **empregam com naturalidade**.

Pessoas com deficiência auditiva

Redução ou ausência da capacidade de ouvir determinados sons em diferentes graus de intensidade.

Não é correto dizer que alguém é **surdo-mudo**. Muitas pessoas surdas não falam porque não aprenderam a falar. Algumas fazem a leitura labial, outras não.

Para conversar

Ao falar com uma pessoa surda, **acene para ela ou toque levemente em seu braço**, para que ela volte sua atenção para você.

Posicione-se de frente para ela, **deixando a boca visível** de forma a possibilitar a leitura labial.

Evite fazer gestos bruscos ou segurar objetos em frente à boca.

Fale de maneira clara, pronunciando bem as palavras, mas sem exagero.

Use a sua velocidade normal, a não ser que lhe peçam para falar mais devagar.

Ao falar com uma pessoa surda, procure não ficar contra a luz, e sim **num lugar iluminado**.

Seja expressivo, pois as pessoas surdas não podem ouvir mudanças sutis de tom de voz que indicam sentimentos de alegria, tristeza, sarcasmo

ou seriedade, e as expressões faciais, **os gestos e o movimento** do seu corpo são excelentes indicações do que você quer dizer.

Enquanto estiver conversando, **mantenha sempre contato visual**. Se você desviar o olhar, a pessoa surda pode achar que a conversa terminou.

Nem sempre a pessoa surda tem uma boa dicção. Se tiver dificuldade para compreender o que ela está dizendo, **não se acanhe em pedir para que repita**. Geralmente, elas não se incomodam em repetir quantas vezes for preciso para que sejam entendidas. Caso necessário, comunique-se por meio de bilhetes. **O importante é se comunicar.**

Mesmo que a pessoa surda esteja acompanhada de um intérprete, **dirija-se a ela, e não ao intérprete**. Algumas pessoas surdas preferem a comunicação escrita, outras usam língua de sinais e outras ainda preferem códigos próprios. Esses métodos podem ser lentos, requerem paciência e concentração.

Você pode tentar se comunicar **usando perguntas cujas respostas sejam sim ou não**. Se possível, ajude a pessoa surda a encontrar a palavra certa, de forma que ela não precise de tanto esforço para transmitir sua mensagem. **Não fique ansioso**, pois isso pode atrapalhar sua conversa.

Quando falar com uma pessoa com deficiência auditiva que use aparelhos auditivos, tenha em mente que ele está com **um mini amplificador**, portanto, não grite.

Pessoas com deficiência intelectual

Limitações significativas no **funcionamento intelectual e no comportamento adaptativo**, que aparecem nas habilidades conceituais, sociais e práticas, antes dos 18 anos.

Aja naturalmente ao dirigir-se a uma pessoa com deficiência intelectual.

Trate a pessoa com **respeito e consideração**. Se for uma criança, trate-a como criança. Se for adolescente, trate-a como adolescente, e, se for uma pessoa adulta, trate-a como tal.

Não a ignore. **Dê-lhe atenção**. Cumprimente e despeça-se dela normalmente, como faria com qualquer pessoa. **Seja natural**.

Não superproteja a pessoa com deficiência intelectual. Deixe que ela faça ou tente fazer sozinha tudo o que puder. **Ajude apenas quando for realmente necessário**.

Não subestime sua inteligência. As pessoas com deficiência intelectual levam mais tempo para aprender, mas **podem adquirir muitas habilidades intelectuais e sociais**.

Pessoa com Transtorno do Espectro Autista (TEA)

A primeira informação importante que precisamos ter em mente ao pensar no TEA pode ser sintetizada pela frase: “**Nem toda deficiência é visível**”.

Os Transtornos do Espectro Autista (TEA) decorrem de **perturbações do desenvolvimento neurológico**, manifestadas geralmente a partir de três anos de idade, período em que os neurônios responsáveis pela comunicação e pelas relações sociais não estabelecem as conexões tipicamente estabelecidas.

É denominado **ESPECTRO** por haver uma **gama de condições** que englobam desde níveis mais leves até níveis mais profundos de comprometimento nestas conexões, resultando em diversos tipos de autismos, que **podem diferir** bastante de pessoa para pessoa.



Os Transtornos do Espectro Autista se caracterizam, principalmente, por **provocar dificuldades na interação social**, na **comunicação** e provocar **comportamentos repetitivos**.

É também bastante comum a chamada **desmodução sensorial**, que se caracteriza por uma hipersensibilidade, em especial, **ao som e à luz**, podendo incluir a cheiros, sabores e texturas.



Como proceder

O contato visual com a pessoa com TEA pode ser difícil. **Não force o contato**. Respeite seu modo de interagir. Caso a pessoa se desestabilize, dê-lhe tempo para se reorganizar sem interferência. **Evite ficar olhando**.

Devido à hipersensibilidade sensorial, a pessoa com TEA **pode reagir mal** a lugares com muitas pessoas, muito barulho, muita luz ou muitos estímulos sonoros ou luminosos. **Se possível, evite atendê-la ou mantê-la** em locais com essas condições.

Pessoas com TEA têm dificuldades com quebra de rotina. Na medida do possível, antecipe os acontecimentos para elas, especialmente os fora do seu cotidiano. **Não altere rotinas, nem mude objetos de lugar** sem antes avisá-las. **PREVISIBILIDADE** é uma palavra chave para a estabilidade destas pessoas. **Previna-as inclusive sobre eventuais contratempos** que possam acontecer. Por exemplo: um temporal, um engarrafamento etc.

Evite tocar na pessoa com TEA. Respeite a distância estabelecida pela pessoa com TEA, **mas se mostre disponível.**

Para conversar

Não fale muito. Não fale depressa. Não fale alto. **Não use figuras de linguagem.**



Não espere que a pessoa compreenda expressões faciais. **Seja claro, direto, fale em tom uniforme.**

Eventualmente, a pessoa com TEA pode **utilizar a comunicação não verbal**, com fichas com palavras ou até desenhos, por exemplo: **BANHEIRO. FOME. SEDE.** Esteja preparado para se comunicar dessa forma com naturalidade.

Por fim, **não atribua má intenção** ao comportamento das pessoas com TEA, ainda que pareçam agressivas ou transmitam indiferença.



Compreenda que fazem parte de suas características. **Respeite-as como a todas as outras pessoas com deficiência.**

Pessoas com Deficiência no Contexto da Pandemia do COVID-19

Importante destacarmos um capítulo nesta Cartilha para tratarmos especificamente sobre a situação das **pessoas com deficiência nesse contexto da pandemia do Coronavírus**.

Não necessariamente todas as pessoas com deficiência integram os grupos de risco apontados pelas autoridades sanitárias, porém muitas situações de deficiência, ainda que não acompanhada das comorbidades frequentemente ressaltadas frente ao COVID-19, por razões relacionadas às características de cada deficiência aumentam a exposição dessas pessoas ao **risco de contágio** do novo Coronavírus.

A Secretaria Nacional dos Direitos da Pessoa com Deficiência, do Ministério da Mulher, da Família e dos Direitos Humanos, publicou algumas **breves orientações de prevenção específicas** para as distintas situações de deficiência, as quais **transcrevemos a seguir**:

Deficiência física

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 andadores;

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 70%.

Limpe objetos que toca com frequência, incluindo a bengala longa, com água e sabão e com álcool 70%.

Ao receber ajuda, procure segurar no ombro evitando tocar nas mãos ou cotovelo de quem irá te 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 seis passos:

- 1.** Esfregue as palmas com as mãos retas em sentido vai e vem;
- 2.** Esfregue o dorso e entre os dedos de cada mão;

3. Faça um concha com cada mão e esfregue uma na outra;

4. Lave as pontas dos dedos e as unhas de cada mão esfregando-os na palma da outra mão;

5. Lave os polegares e os punhos;

6. Abra ou feche a torneira com os cotovelos.

Deficiência auditiva

Se você se comunica por meio da Libras **tente não tocar seu rosto** durante a conversação, se as mãos não estiverem limpas.

Surdocegueira

Pessoas que se comunicam usando contato físico devem **higienizar as mãos e antebraços**. Ex.: Tadoma e Libras Tátil.

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 congênitas e doenças respiratórias, portanto, devem ser **consideradas grupo de risco**.

Por fim, cabe informar que o Ministério Público do Trabalho publicou, em 28 de março de 2020, a NOTA TÉCNICA CONJUNTA 07/202 OPGT/COORDIGUALDADE com **recomendações dirigidas às empresas**, órgãos públicos, empregadores pessoas físicas, sindicatos patronais e profissionais, de todos os setores econômicos ou entidades sem fins lucrativos, que, nas medidas de flexibilização da prestação de serviços, assegurem a igualdade de oportunidades e de tratamento da trabalhadora ou do trabalhador com deficiência, adotando, entre outras, as seguintes medidas, como parâmetro mínimo:

GARANTIR o direito de realizar as suas atividades laborais de **modo remoto em sua residência** (home office), por equipamentos e sistemas informatizados pelo período em que vigorarem as medidas oficiais de isolamento social e demais orientações dos serviços de saúde com vistas a prevenção ao contágio;

ASSEGURAR, na impossibilidade de prestação do trabalho remoto, que a pessoa com deficiência, preferencialmente, seja **dispensada do comparecimento ao local de trabalho**, com remuneração garantida, no período em que vigorarem as medidas oficiais de contenção da pandemia do coronavírus, adotando-se medidas como:

- I** - licença remunerada;
- II** - a antecipação de férias individuais;
- III** - a concessão de férias coletivas;
- IV** - o aproveitamento e a antecipação de feriados;
- V** - o banco de horas;

ESTABELECE política de autocuidado para identificação de potenciais sinais e sintomas, bem como orientar sobre as **formas de prevenção** com acessibilidade na comunicação e informação.

ASSEGARAR que as medidas capazes de caracterizar a interrupção da prestação de serviço não impliquem em **redução da remuneração** dos trabalhadores, por aplicação analógica do disposto no Art. 60, § 3º, da Lei nº 8.213/91;

GARANTIR, considerando a situação excepcional de emergência sanitária, que as **ausências ao trabalho** não poderão ser consideradas como razão válida para de emprego, podendo configurar ato discriminatório, nos termos do artigo 4º da lei n. 9.029/95;

ORIENTAR de maneira clara e acessível os trabalhadores e trabalhadoras com deficiência diagnosticados ou com sintomas da COVID19 ou seus familiares, para buscar tratamento na rede de saúde, com **afastamento imediato das atividades**, bem como orientar acerca das medidas de prevenção e isolamento, conforme protocolos das autoridades sanitárias;

ASSEGARAR que trabalhadoras e trabalhadores com deficiência recebam treinamento para utilização de EPIs com observância da acessibilidade na comunicação;

GARANTIR, quando possível, que o deslocamento da trabalhadora ou do trabalhador com deficiência ocorra em **horários de menor movimentação** de pessoas, para evitar a exposição a aglomerações, em hipótese de utilização de transporte coletivo de passageiros, adotando-se medidas de flexibilização da jornada ou, ainda, mediante custeio de transporte particular ou fretado”.



posso ajudar?

CARTILHA INFORMATIVA



MPRS

Ministério Público
do Rio Grande do Sul