PROGRAMA DE INCLUSIÓN DE PERSONAS CON CAPACIDADES DIFERENTES (PcD) EN LOS CENTROS EDUCATIVOS EN MATERIA DE PROTECCIÓN CIVIL

OBJETIVO GENERAL

Orientar las medidas necesarias para reducir o minimizar los daños y riesgos para las personas con discapacidad, en caso de presentarse una emergencia o desastre, atendiendo a las etapas de la Protección Civil: previsión, prevención, mitigación, preparación, auxilio, recuperación y reconstrucción. Logrando un equilibrio entre los aspectos técnicos y los aspectos prácticos en la materia, de manera que las PcD interactúen y participen en entornos accesibles que genera mayor grado de autonomía e independencia de este grupo de población.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Desarrollo de la capacidad de implementación en las intervenciones de emergencias de medidas adaptadas a las necesidades de los alumnos con discapacidad, para garantizar una atención bajo los parámetros de equidad, toma de conciencia e inclusión.

Preparar a los alumnos con Discapacidad para enfrentar cualquier situación de riesgo o desastre en cualquier inmueble a través de protocolos específicos para cada contingencia o desastre.

Integrar a las Personas con Discapacidad, para atender situaciones de riesgo o desastre como parte de las brigadas de Protección Civil.

Fomentar la sensibilización hacia las personas con discapacidad a través del desarrollo de programas de protección civil que permitan la interacción y participación antes, durante y después de una emergencia en el Centro Educativo.

ANTECEDENTES

Las emergencias pueden acontecer de manera repentina, sin previo aviso. Los Grupos Vulnerables no son ajenos a esta corresponsabilidad social, tienen un papel primordial, integrándose y participando en la mitigación de riesgos de sus entornos, en el Centro Educativo, para hacer frente a los fenómenos perturbadores, de modo más organizados. Es importante que las propias Personas con Discapacidad (PcD), estén dispuestas a romper paradigmas y a incluirse de modo participativo en la prevención de riesgos.

Este programa contempla acciones con la intención de mejorar los esquemas de actuación ante el impacto de fenómenos perturbadores, así como de la inclusión, interacción y participación de los alumnos con Discapacidad en la Protección Civil, propiciando la comprensión de los cinco tipos de discapacidad (física, visual, auditiva, intelectual y mental) e incluye el "Procedimiento general para integrar, apoyar y auxiliar a una Persona con Discapacidad ante situaciones preventivas y de emergencia o desastre", que identifica a través de procesos por tipo de discapacidad, las diferentes acciones para lograr la inclusión, interacción y participación de las PcD ante una situación de emergencia, asimismo inserta la figura de Grupo de Apoyo Especial o GAE (personas preparadas en la protección, inclusión y participación de las PcD), como elemento fundamental para responder de modo apropiado a los mecanismos de autoprotección en materia de protección civil, con estrategias integrales, procedimientos y protocolos.

PROGRAMA DE INCLUSIÓN DE PERSONAS CON CAPACIDADES DIFERENTES (PcD) EN LOS CENTROS EDUCATIVOS EN MATERIA DE PROTECCIÓN CIVIL

¿QUÉ ES DISCAPACIDAD?

De acuerdo con la Clasificación Internacional del Funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud (CIF), se enfatiza que la discapacidad surge cuando existen: a) deficiencias en las estructuras y funciones del cuerpo humano, b) las limitaciones en la capacidad personal para llevar a cabo tareas básicas de la vida diaria (caminar, moverse, ver, escuchar, hablar, atender su cuidado personal, poner atención o aprender), y c) las restricciones en la participación social que experimenta el individuo al involucrarse en situaciones del entorno donde vive.

TIPOS DE DISCAPACIDAD:

DISCAPACIDAD FÍSICA

Hace referencia a la dificultad de una persona para moverse, caminar, desplazarse, subir o bajar escaleras; incluye también a quienes teniendo sus piernas no tienen movimiento o presentan restricciones para moverse, de tal forma que necesitan ayuda de otras personas o de ayudas técnicas.

DISCAPACIDAD VISUAL

Abarca la pérdida total de la vista en uno o ambos ojos, así como a los débiles visuales y a los que aún usando lentes no pueden ver bien por lo avanzado de sus problemas visuales.

DISCAPACIDAD AUDITIVA

Incluye a las personas que no pueden oír, así como aquellas que presentan dificultad para escuchar en uno o ambos oídos, a las que aún usando aparato auditivo tiene dificultad para escuchar debido a lo avanzado de su problema.

DISCAPACIDAD INTELECTUAL

Las personas que presentan esta discapacidad, se caracterizan por presentar limitaciones en el funcionamiento intelectual: razonamiento, solución de problemas, pensamiento abstracto, comprensión de ideas complejas, aprender con rapidez y aprender de la experiencia. Se caracteriza por limitaciones significativas en las conductas adaptativas (conceptuales, sociales y prácticas), que se han aprendido y se practican por las personas en su vida cotidiana.

DISCAPACIDAD MENTAL

Las Personas con Discapacidad Mental pueden presentar limitaciones en la conducta y el comportamiento, así como deficiencias en el sistema neuronal, que aunado a una sucesión de hechos que la persona no puede manejar, podrían detonar una situación alterada de la realidad, afectando la funcionalidad y su comportamiento, lo que puede interferir con su capacidad de sentir, pensar o relacionarse con los demás.

Es importante destacar que las clasificaciones de esta naturaleza, responden a un modelo exclusivamente médico de la discapacidad

La Convención Internacional por los Derechos de las Personas con Discapacidad de Naciones Unidas (ONU) dispuso que el término adecuado para referirse a este grupo de la población sea Personas con Discapacidad (PcD) o Personas en Situación de Discapacidad. Por tanto, su utilización se considera el único correcto a nivel mundial.

El lenguaje que utilizamos es un reflejo de nuestra manera de pensar (o de no pensar). Muchas veces al referirse a las personas con alguna limitación funcional, se emplean términos y expresiones que únicamente resaltan la discapacidad y no a la persona, señalando las connotaciones más negativas: reclusión, encierro y en última instancia, discriminación.

Las personas no se definen por su discapacidad, son antes que nada personas

Si nos equivocamos, debemos rectificar sin demora nuestras palabras, haciendo que tengan el sentido de respeto que nuestras palabras puedan tener, causarán molestia, y en general estaremos contribuyendo a perpetuar conceptos erróneos y términos despectivos, esto provocará la resistencia a colaborar y en un caso de emergencia que se requiera una evacuación del inmueble, será más complejo por la falta de comunicación y el trato desigual a las PcD.

NO SE DEBE DECIR	SE DEBE DECIR
“Personas con capacidades diferentes o especiales, disminuidos”	**PERSONAS CON DISCAPACIDAD**
“Minusválidos” “Inválidos”	
“Capacidades especiales”	
“Cieguito “ “Sordito”	
“Mudo” “Tontito” “Loquito”	
“Mongolito”	

ACCIONES QUE SE DEDEN REALIZAR PARA GARANTIZAR LA INCORPORACIÓN DE LAS PcD EN LOS CENTROS EDUCATIVOS

La persona con discapacidad, es ante todo, una persona de alto riesgo, es importante considerar En situaciones una serie de elementos que permitan el libre acceso en todo inmueble o espacio a las PcD, que impliquen ubicarse en una zona de menor riesgo interna o externa o bien un desalojo del inmueble a través de una ruta de evacuación implementando apoyos como:

Accesibilidad total para cualquier limitación funcional. Considerando los dominios de la accesibilidad: edificaciones, espacio público, comunicaciones e información.

Pasillos amplios para transitar y hacer giros con sillas de ruedas incluyendo rutas con guías táctiles.

Rampas, pasamanos y declives adecuados.

Presencia de Grupos de Apoyo Especial para PcD.

Mobiliario adecuado que no estorbe en la amplitud de los pasillos primarios para evacuar.

Espacios de protección y resguardo.

ACTITUDES Y COMPORTAMIENTOS GENERALES CON LAS PcD

Las PcD tienen los mismos derechos y obligaciones que las demás personas ante la formulación de planes para la atención de desastres. El primer paso es integrarlos a la protección civil fortaleciendo sus capacidades y aprovechando su potencial, ya que son personas que están acostumbradas a enfrentarse rutinariamente a entorno físicos, psicosociales desfavorables, muchos de ellos en inmuebles hostiles y sin acceso para las PcD.

Estos entornos les han permitido adaptabilidad y resiliencia y conlleva a que tengan una percepción más amplia y profunda del comportamiento que debe de ser entre las PcD y la sociedad coadyuvando con:

Conocer (Antes)

Dotar de condiciones de accesibilidad a la infraestructura para las PcD. ya sea público o privado vinculando la normatividad oficial en materia de protección civil.

Integrar en la dinámica de la protección civil, la inclusión de las PcD sensibilizando a la población que todos tenemos los mismos derechos y la responsabilidad social de ayudarnos todos.

Incluir a las personas con discapacidad en la legislación en materia de Protección Civil y la Gestión Integral de Riesgos de Desastre.

Autosuficiencia: las PcD tienen derecho a tomar sus propias decisiones y asumir la responsabilidad de sus actos.

Comportamiento: reaccionar con naturalidad ante las PcD, es decir evitar la sobreprotección, mirarlos con miedo, curiosidad y/o lastima.

Actuar con naturalidad en los encuentros personales con las PcD. Utilizar el sentido común ante cualquier situación que se presente. Ser empáticos, atentos, demostrando respeto, generosidad y tolerancia, participando como equipo ayudándose uno a otro.

Consultar a las PcD para realizar las adecuaciones oportunas de los espacios donde conviven frecuentemente, con el objeto de reducir el riesgo del entorno y dar accesibilidad, ya que ellos son los que más sabe sobre cómo adaptar su diversidad funcional y consolidar su autoprotección en las mejores condiciones e idéntica con el resto de las personas.

Mejorar los planes de prevención, mitigación, capacitación y simulacros de futuras contingencias, considerando las necesidades y sugerencias de las PcD.

Elaborar un registro de personas residentes y visitantes con diversidad funcional, el cual facilite la ubicación de éstas para efectos de incluirlos en los programas de protección civil y procedimientos para evacuación (simulacros).

Reconocer que los responsables y las autoridades en instituciones, organizaciones y el sector público deben reconocer los derechos de las personas con discapacidad, promoviendo una cultura de protección civil en la cual deben de ser incluidas, escuchadas y con intervención permanente en los programas de protección civil, para enfrentar los desastres de forma conjunta.

Consolidación: las PcD deben poseer anticipadamente copias de los planes de •emergencia y los relacionados con las acciones a seguir, conocer los calendarios de ejercicios de repliegue y evacuación (simulacros), incluyendo la incursión, opinión y participación en los protocolos relacionados con los preparativos para desastres (de acuerdo con los criterios de accesibilidad mencionados previamente, adaptados a cada uno de los cinco tipos de discapacidad).

Mejorar y reforzar las acciones que día a día, encaminen la accesibilidad e infraestructura de las PcD en la sociedad, proponiendo mejoras en las Leyes afines para este fin.

Actuar (Durante)

Proveer antes de comunicarse con las PcD, analizar qué tipo de apoyo necesita en el auxilio, si no sabe qué hacer y qué decir, deje que las PcD indiquen cómo ayudarlo y/o recurrir con los Grupos de Apoyo Especial (GAE).

Ofrecer ayuda a la PcD y esperar a que la acepte. No precipitarse en ayudar sin consultar primero: es muy común asociar personas con discapacidad con la necesidad de dependencia de otros lo cual no siempre es cierto. Debemos centrarnos siempre en las capacidades y en la independencia del individuo en vez de en sus limitaciones.

Autonomía: las PcD tienen derecho a tomar sus propias decisiones y asumir la responsabilidad de sus actos, antes, durante y después de una emergencia al no contar con el apoyo de brigadistas y GAE.

Durante la emergencia hablar siempre directamente con la persona con discapacidad, nunca a través de interlocutores (solicitar apoyo con los GAE).

Interactuar: se deben tomar decisiones conjuntas con las PcD, dejando suficiente tiempo para que puedan responder y expresarse, sino entendemos algo, hemos de hacerlo saber y no continuar como si hubiésemos entendido.

Comunicación: siempre hay que hablarles de frente y a la atura adecuada de sus ojos y boca, si la PcD voltea o se distrae repetirle las cosas preguntando: ¿me expliqué correctamente? Nunca decirles: ¿me entendiste?, porque esto no involucra un compromiso del brigadista por brindar un trato adecuado, apegado a la normatividad en materia de derechos humanos y de protección civil.

Ayudas: en el caso de ayudas a personas con discapacidad física, no debemos tocar la silla de ruedas sin previa autorización de la PcD, ya que forma parte de su espacio personal (su cuerpo), facilitada la autorización de hacerlo por la PcD, tener mucho cuidado y en no mover la silla bruscamente, utilizar las partes diseñadas para empujar (soportes) que usa rutinariamente, no ejercer fuerza o conducir por los mecanismos (arillos) de rodamiento de las llantas, son el control de la PcD.

Apoyo (Reconstrucción)

Proporcionar: apoyo y asistencia solo si la PcD lo pide, no ofrecer o insistir ayudar cuando la PcD no lo ha solicitado o no quiere.

Solicitud: cuando se precise de alguna información por parte de una PcD para el apoyo en refugios temporales, dirigirse directamente a la persona y no a su acompañante o intérprete.

Mantener contacto permanente con las organizaciones de PcD para contar con su retroalimentación en el desarrollo de acciones de gestión Integral de Riesgos y en materia de protección civil, emergencias, desastres, procedimientos de acceso y atención en albergues temporales.

CÓMO INCORPORAR A LAS PcD EN ACCIONES DE PREPARACIÓN Y PREVENCIÓN ANTE UN DESASTRE

Los alumnos con Discapacidad (PcD) enfrentan mayores desafíos para sobrevivir a un desastre mayor, por lo que se hace necesaria la preparación adecuada y oportuna que dé respuesta ante los riesgos que se presenten en los entornos donde desempeñan sus actividades. Es conveniente desarrollar programas y acciones encaminadas a la salvaguarda y seguridad de las personas ante una emergencia incorporando:

Constituir Grupos de Apoyo Especial (GAE) = Las personas con discapacidad, pueden enfrentar situaciones complejas y adversas ante los desastres, por lo que se hace ineludible estar cubiertas sus necesidades en materia de protección civil con el apoyo de personas que les brindarán apoyo y auxilio al momento de una emergencia. Es fundamental que los integrantes de los GAE tengan la confianza de las PcD.

Capacitación a la PcD y personal de protección civil = Debe ser incluido en todos los programas y acciones de protección civil, los procedimientos encaminados en la prevención y auxilio de las PcD, así

como en materia de trato adecuado y no discriminación, diseñando acciones conjuntas que describan la salvaguarda y protección de este grupo de población escolar.

La participación continua = Las PcD deberán involucrarse en todos los procesos de prevención, auxilio y reconstrucción en un desastre, ya que ellos pueden ayudar identificando las posibles barreras sociales, físicas y arquitectónicas que los afecten, incorporando programas de capacitación que permitan disminuir la vulnerabilidad de los entornos.

Planes de preparación y respuesta = Los programas de protección civil son un instrumento estratégico, para la oportuna toma de decisiones en situaciones de desastre, las PcD deberán participar como responsables del diseño de su autoprotección, supervivencia y del manejo de la diversidad funcional orientando en sus acciones a los GAE. Tanto las PcD como los Grupos de Apoyo Especial, en conjunto realizarán los protocolos a seguir en el antes, durante y después de un desastre mayor.

Ejercicios de simulacro = Los ejercicios de simulacro que contemplan repliegue a zona de menor riesgo, resguardo y evacuación al exterior de un inmueble, sirven para probar el funcionamiento del Plan de Protección Civil, de preparación y respuesta. En estos ejercicios es indispensable la integración y participación de las PcD siempre con el objeto de perfeccionar los mecanismos de evacuación.

Identificación de espacios = Conocer y acondicionar las rutas de evacuación y zonas de menor riesgo internas y externas, las PcD deben saber dónde se ubican los GAE, los procedimientos de búsqueda y rescate que se tiene en cada lugar, identificando equipos especiales de apoyo para las PcD.

Memorización y descripción de mensajes = Las PcD deben de conocer todas las zonas de menor riesgo, rutas de evacuación, escaleras y salidas de emergencia en la cual estén involucradas señales y equipamientos de protección civil, alarmas de humo, alerta sísmica, códigos establecidos en el inmueble en cumplimiento con la normatividad de accesibilidad para PcD y protección civil

ESTABLECER UN PLAN DE EMERGENCIA

Diseñar un Plan de Emergencia en conjunto PcD-GAE con los procedimientos básicos de prevención y auxilio para el hogar, lugar de trabajo y la calle en caso de desastre, incluyendo a las personas, familiares, amigos o conocidos que tengan relación estrecha con la PcD. Crear, revisar y practicar todas las alternativas a seguir en los planes y procedimientos de protección civil ante la presencia de un desastre considerando:

Integrar = Un grupo de apoyo para situaciones de riesgo o desastre para las PcD, en la casa, trabajo, y cualquier lugar donde pase el mayor tiempo tomando en cuenta la diversidad funcional especifica.

Conformar = Y capacitar a los Grupos de Apoyo Especial (GAE), responsables de las PcD al suscitarse un desastre. Es recomendable que las brigadas de protección civil trabajen en equipos, integrados por dos especialistas para cada PcD y que puedan ayudar inmediatamente (amigos, compañeros de trabajo, asistentes personales/cuidadores de la PcD).

Auxiliar = Los miembros del GAE deben de conocer las actividades de las PcD, por tal razón las personas que se escojan para este fin deben ser de plena confianza, incluso, con afinidad a la familia de la PcD.

Identificar = Un contacto fuera del área de desastre de la localidad, en el país de origen o el extranjero, que le puedan llamar para dejarle saber si está bien o no la PcD. Es recomendable que los GAE cuenten con los listados de familiares y sus números telefónicos.

Seguridad = Conformar espacios seguros y zonas de menor riesgo que permitan a las PcD permanecer protegidos durante una emergencia en los inmuebles de permanencia continua.

Desarrollar = Las estrategias específicas para cada diversidad funcional los GAE con familiares, amigos y compañeros de trabajo más cercanos con la PcD, incluyendo todas las fases de actuación ante un desastre (antes, durante y después).

Adaptar = Un Kit especial en función de la discapacidad específica teniéndolo de forma disponible e inmediata en un caso de emergencia.

Practicar =El plan diseñado para el apoyo a las PcD y este sea parte integrante de ejercicios previos y simulacros, interactuando, las PcD y los GAE practicando los protocolos: agacharse, cubrirse y agarrarse durante una emergencia.

Participar = Las PcD en el desarrollo y práctica de programas de protección civil encaminados a la seguridad y salvaguarda, e integrarse a las brigadas de Protección Civil de la comunidad permanentemente y no como espectadores.

Crear = Espacios seguros para PcD (zonas de menor riesgo internas) con rutas de evacuación accesibles, sin estorbo de mobiliario u objetos de peligro que puedan caerse.

Ayudar = En el desarrollo de planes de emergencias en la comunidad (hogar, trabajo) para PcD en conjunto con las autoridades de protección civil.

Considerar = Planes alternos para los animales de apoyo (perro guía), su atención y cuidado es similar al trato de una persona ya que su labor es fundamental e indispensable para las PcD.

Elaborar = Materiales didácticos de apoyo en la comunicación que contengan la diversidad de mensajes, e imágenes necesarias para la diversidad funcional (considerar los dominios de la accesibilidad).

Responsabilidad = Los Grupos de Apoyo Especial para PcD y protección civil, en cada piso deben identificar el universo y lugar en donde se encuentran las PcD. Se recomienda que en los lugares de trabajo se haga un censo para identificar a quienes podrían ser más vulnerables ante una emergencia además de las PcD: mujeres y adultos mayores.

Implementar = Garantizar rutas de evacuación seguras que cumplan con la normatividad para la evacuación de las PcD y que permitan salir de forma rápida y segura de un inmueble.

Conocer = Es importante que las PcD identifiquen las zonas de menor riesgo en las que pueden permanecer y laborar. De preferencia deben realizar sus actividades cotidianas en plantas bajas para su rápida evacuación al exterior del inmueble de residencia.

PREPARAR ÁREAS SEGURAS (ZONAS DE MENOR RIESGO)

En conjunto, las brigadas de protección civil y PcD identificarán y determinarán la salida o las salidas de emergencia más cercanas de su entorno habitual, se considerará la ruta de evacuación más accesible, rápida y segura para evacuar. Es decir, las que contienen todos los elementos técnicos que les permiten a las PcD desplazarse apropiadamente.

En una zona de menor riesgo, integrar un teléfono celular, utilizarlo únicamente en caso de emergencia, hay que conservar la energía del mismo, no sabe uno si las circunstancias obliguen a permanecer en un lugar por tiempo indefinido; consérvelo con usted en todo momento, es un medio de comunicación que ha salvado muchas vidas de personas con discapacidad y brigadistas.

Protegerse en todo tipo de emergencia en una zona de menor riesgo, sin tener que moverse muy lejos, no importa cuáles sean las limitaciones. Mientras más limitaciones tengan las PcD y con el apoyo de los equipos GAE tendrán más posibilidades de sobrevivir.

En incendios y por peligro inminente en un inmueble; salga del espacio en riesgo inmediatamente en compañía de las brigadas o GAE, no permanezca dentro del inmueble, se deben de formular planes de evacuación que permitan el desalojo en conjunto de usuarios y PcD. Es conveniente dentro de los planes de evacuación de un inmueble, que los brigadistas y los GAE conozcan rutas alternas y sin hacinamientos materiales y humanos para desplazar a las PcD al exterior de un inmueble de forma segura.

En el caso de sismo todos los expertos a nivel internacional en el manejo de emergencias para personas con discapacidad y otras organizaciones a nivel mundial, están de acuerdo que los procedimientos de

Agacharse, Cubrirse y Agarrarse es una de las acciones apropiada a seguir de seguridad en las zonas de menor riesgo de un inmueble. La mayoría de las lesiones se dan cuando las personas tratan de salir de los inmuebles utilizando las escaleras durante la contingencia o sismo y son lesionados por otras personas. Este método permite tener mayor probabilidad de salvarse sin sufrir lesiones graves y reducir heridas y la muerte ante un sismo de gran magnitud.

No se puede saber si un siniestro de gran magnitud, o un sismo, pueden convertirse en algo muy intenso y peligroso. Cuando una PcD se ubica en una zona de menor riesgo interna, le da más posibilidades de mayor protección, y se deben de adaptar estos espacios con accesibilidad a las PcD, considerando lo siguiente:

Alerta sísmica. Cuando se cuenta con un sistema de alerta sísmica en el inmueble deberán de seguirse los procedimientos de repliegue a una zona de menor riesgo o realizar una evacuación del lugar después del sismo, con el apoyo de los GAE y brigadistas. Si una PcD está en un primer piso o planta baja se podrá realizar una evacuación durante el alertamiento, siempre y cuando las condiciones sean seguras al exterior del inmueble.

Zona de menor riesgo. Los lugares identificados como zonas de menor riesgo interna, son aquellos donde las PcD podrán protegerse de objetos pesados, vidrios rotos o peligrosos que puedan caer sobre las personas. Las alternativas de autoprotección son: ubicarse debajo de un mueble resistente, mesa o escritorio, al lado de una pared interior resistente que no tenga ventanas (ruptura de vidrios), debajo de

una trabe y pared de carga de la estructura del inmueble. Es conveniente poner soportes-pasamanos para que las PcD se sujeten de ellos al momento de la emergencia.

Accesibilidad. Mientras más limitaciones tengan las PcD, más importante será el crear lugares seguros de salvaguarda, especialmente si no pueden agacharse, cubrirse o agarrarse ante un sismo, o su desplazamiento derivado por un incendio, disturbio o peligro general al exterior del inmueble se ponga en peligro. Se deben crear zonas de menor riesgo internas especiales y con espacios para la diversidad funcional, asegurando la mueblería pesada a las paredes, no poner objetos pesados y voluminosos en estantes, asegurar objetos de decoración.

Proteger. En el caso de utilizar equipos esenciales de supervivencia (oxígeno embotellado o soportes de vida), deberán ser asegurados y protegidos para que no se caigan o dañen en las zonas de menor riesgo. Considerar las necesidades de seguridad y protección de animales de apoyo, mismos que deberán de ser tratados como otra persona y hasta donde sea posible serán protegidos de la misma manera.

Tener a la mano. Un Kit de emergencia para PcD que cubra sus necesidades personales y de diversidad funcional como: alimentos, agua, medicamentos, información médica, linterna con baterías, bastón, oxígeno, nebulizador, medidor de glucosa, artículos de higiene, radio con baterías, teléfono celular, cubre boca o máscara protectora de polvo, identificaciones con fotografía reciente, listado de personas para contactar, artículos necesarios para animales de servicio, guantes gruesos, un silbato, lentes y contactos inmediatos con los Grupos de Apoyo Especial (GAE), siendo estos las personas de confianza de las PcD

QUÉ HACER EN LA EMERGENCIA (PROTOCOLO INTERNACIONAL) PRINCIPIOS BÁSICOS PARA PCD Y GAE EN CASO DE SISMO

De acuerdo a las limitaciones funcionales que muestren las PcD, y si no hay mesa o escritorio para protegerse, con el apoyo de brigadistas o GAE junte sus brazos y piernas al cuerpo, agáchese y de ser posible póngase en posición fetal, diríjase a una zona de menor riesgo, arrástrese para proteger órganos vitales del cuerpo, cabeza y el cuello con las manos, en función de su discapacidad.

Lo importante es tratar de no moverse, pero si no buscan una protección, es probable que sufran una lesión. Ante ello, se recomienda no olvidar el siguiente protocolo de autoprotección para toda persona en caso de sismo:

Agáchese = De ser posible y en relación con la limitación funcional, con el apoyo de los brigadistas o GAE, ubicarse en la zona de menor riesgo del entorno colocándose debajo de un escritorio, mesa o contra una pared de carga, de ser posible ponerse en posición de seguridad fetal.

Cúbrase = Las PcD y todas las personas que se encuentren en una zona de menor riesgo, deberán de cubrirse la cabeza y cuello para protegerse de alguna caída de escombros o mobiliario.

Agárrese = De un objeto fijo y resistente, la parte de la mesa o escritorio o del soporte-pasamano hasta que la emergencia o sismo cese completamente, para evitar que ruede por el piso o se golpeen con el mobiliario.

Para el GAE:

Verifique que la PcD no esté herida, revise todo su cuerpo, esté preparado para réplicas en caso de sismo peligros (cristales, no se separe de las áreas de menor riesgo internas del inmueble, mire alrededor si hay rotos, objetos que obstaculicen el paso, personas lesionadas).

La PcD preverse si tiene medicamentos en el refrigerador y éste fue afectado por falta de energía eléctrica, deberá Si la en el plan con el apoyo de los GAE; protegerlos y trasladarlos en envases con propiedades refrigerantes, colocar compresas frías para mantener los medicamentos frescos, cuidando la caducidad de los mismos por el cambio de temperatura. Si se traslada a un refugio, informar a las autoridades el mantener los medicamentos refrigerados.

Para la PcD:

Decida si debe moverse o no, o desalojar el entorno por seguridad, realice una evacuación sólo si es necesario y en las mejores condiciones de seguridad, de otra manera espere a que lo auxilien, si las brigadas en su entorno de trabajo y/o familiares en su casa le comunican evacuar, siga las indicaciones con el apoyo de los GAE, espere a que le toque su turno de desalojo del inmueble.

TIPOS DE ALERTAMIENTO GENERALES PARA PcD

Es importante recordar que los alertamientos y procedimientos están conformados según el tipo de emergencia y que estos se activarán en función del protocolo dispuesto para cada inmueble contemplado en el Programa Interno de Protección Civil. Las personas con discapacidad deberán identificar estas señales e iniciar su proceso de autoprotección en compañía de sus GAE. Lo importante es que deben de capacitarse en conjunto las personas con discapacidad, los GAE y las brigadas de protección civil, llevando a cabo acciones multidisciplinarias en esta materia.

Discapacidad Visual =Implementar sistemas de señales auditivas y en Braille, celulares a modo, rótulos escritos, señales de protección civil sobre los lineamientos de las normas oficiales vigentes, códigos de alertamiento por celular. Visuales (apagar y prender).

Discapacidad Auditiva = Luces intermitentes, códigos de señales visuales (apagar y prender luces de forma determinada), celulares a modo, señales con banderas verdes, amarillas, rojas, gráficos con acciones determinadas, intérprete de la Lengua de Señas Mexicanas (LSM).

Discapacidad Intelectual = En algunos casos están acompañados por un asistente personal (amigo o familiar), en estos casos, ellos pueden transmitir los mensajes, ya que la PcD tiene más confianza y credibilidad de lo que le dicen, si esto es a través de una persona que conoce. Las personas con este tipo de discapacidad requieren de mayor concentración y análisis de lo que está pasando.

Discapacidad Física = Se pueden utilizar la mayoría de los alertamientos y mensajes que son activados en una emergencia, en un inmueble.

INCLUSIÓN DE LAS PcD EN UNA SITUACIÓN DE EMERGENCIA O DESASTRE

La inclusión de las Personas con Discapacidad en la Protección Civil, es el objetivo fundamental del presente documento.

Ante una situación de emergencia en todo lugar donde se ubican PcD, los **"Grupos de Apoyo Especial" (GAE)**, deben velar por la salvaguarda y protección ante la amenaza de una contingencia o un desastre, prestándoles la ayuda necesaria, con el trato adecuado, para que puedan ubicarse en una zona de menor riesgo al interior de un inmueble o realizar una evacuación del inmueble en las mejores condiciones y garantías.

Los GAE deben estar previamente entrenados y lo más importante, identificados en cuanto a confianza plena con las PcD, para entender, ayudar, apoyar en cualquier contingencia y saber cómo comunicarse y trasladar a las PcD, bajo su responsabilidad. En promedio es conveniente el apoyo de uno o dos especialistas por diversidad funcional y este se incrementará en función del universo de PcD.

Es conveniente que los brigadistas y los GAE en sus lugares de trabajo estén ubicados en lugares cercanos a las PcD, ya que su respuesta debe de ser inmediata para ubicarlos en una zona de menor riesgo o evacuación al exterior de un inmueble.

En función a la respuesta inmediata que se brinde a las PcD en caso de desastre, aumentará su grado de confianza y participación, a la vez, la integración y participación conjunta con las autoridades y auxiliadores de apoyo ante una contingencia, permitiendo el acceso, garantizando oportunidades de equiparación en la incursión al desarrollo y participación conjunta de las PcD-Protección Civil.

AL MOMENTO DE QUE EL PERSONAL DE APOYO O BRIGADISTA ENTRE EN CONTACTO CON UNA PCD, TOME EN CUENTA LO SIGUIENTE:

LA REGLA DE ORO

Consideraciones importantes para los GAE y Brigadas de Protección Civil para integrar, interactuar y participar con las PcD "Pregunte primero" si la persona con discapacidad necesita o desea su ayuda, NO lo dé por hecho. Permita que la persona decida cuál es la mejor forma en que puede ayudarla, le puede sugerir, no imponer. No toque a la persona, a su animal de asistencia o a su equipo de apoyo sin su permiso, son extensiones de su cuerpo. Ante todo se debe guardar un respeto absoluto al entablar comunicación con la PcD. En caso de ser necesario, use medios de comunicación eficaces (como dibujos o indicaciones escritas).Ante una emergencia, siga las instrucciones del Programa Interno de Protección Civil para cada caso como: sismo, incendio, explosión, inundación, para utilizar los equipos adecuados para PcD, espere la indicación de la PcD.

No se adelante en hacer algo que desconozca la PcD, informe primero de la situación. Nunca administre alimentos o líquido a una PcD inconsciente o que no reacciona. Transporta de forma adecuada en función a su limitación funcional. No olvidar los equipos de apoyo que utiliza la PcD y/o su animal de asistencia, deberán forzadamente ser transportados por el servicio de emergencia. Pregunte la forma de comunicarse con un familiar de la PcD (vía telefónica, in internet u otro medio). No grite ni hable de una manera tan lenta que no parezca natural. Debe inspirar confianza no desconfianza. Sea paciente, flexible y mantenga el contacto con la persona de modo directo. Repita las instrucciones varias veces (de ser necesario).Pregunte a la persona acerca de sus medicamentos y si necesita ayuda para tomarlos (nunca ofrezca medicamentos que no hayan sido recetados por un médico).

Analice el procedimiento de esta guía y actúe conforme lo que explican de cómo ayudar a las personas con discapacidad. No trate de cargar, bajar o mover a una PcD sin preguntarle cuál es la manera adecuada de hacerlo. Si la persona con discapacidad está angustiada o nerviosa, háblele con calma y asegúrele que usted se encuentra allí para ayudarla.

Recuerde: Las actitudes de los GAE y las brigadas de Protección Civil corresponderán directamente a la seguridad y apoyo que pueda transmitirle a la PcD. Las personas con discapacidad tienen derecho de opinar, sugerir, y decidir por sí mismos. Su discapacidad NO lo hace diferente a los demás.

Apoyos complementarios a las PcD

Dado que las situaciones de emergencia son, en general, siempre distintas e impredecibles, los GAE y los brigadistas deben emplear su mejor criterio para auto proteger, apoyar y prestar ayuda a personas con discapacidad sin olvidar:

Las PcD deben ser tratadas con respeto y atendiendo al principio de no discriminación en todos los procesos de prevención, auxilio y reconstrucción ante un desastre, su incursión es básica y fundamental en el esquema de su protección.

Asegurarse de que sus compañeros y compañeras conozcan las recomendaciones de trato y atención a la PcD.

Ante una emergencia, mantenga la calma, para transmitírsela a la PcD que usted está asistiendo, recordando siempre tomar en cuenta sus opiniones y llevarlas a cabo bajo las normas y procedimientos de protección civil.

En caso de conocer a la PcD refiérase a ella por su nombre.

Háblele a la PcD de forma clara y sencilla. No utilice instrucciones ambiguas. Informe de la verdad, las posibilidades y forma de actuar.

Pida información a la PcD sobre cómo manejar la ayuda técnica, pues él o ella le pueden guiar en el momento de maniobrarla. No todas las ayudas técnicas son necesarias en caso de una emergencia, consulte a la PcD de cuáles requiere en ese caso.

Las ayudas técnicas como silla de ruedas, bastones, andaderas y muletas, son los implementos más usados y recomendados que deben mantenerse accesibles en una emergencia. Ante ello, son de vital importancia y necesitan ser protegidos, ya que son garantes de su funcionalidad.

Preguntar a la PcD si conoce las recomendaciones de seguridad y procedimientos que se deben seguir en materia de protección civil y en caso de emergencia o sismo.

Asegúrese de que la PcD conozca la ruta de evacuación del edificio y si es el caso se traslade a la misma.

Identifique previamente las barreras arquitectónicas que limiten el acceso y tránsito de las PcD en una emergencia.

Alerte y/o corrija la obstaculización que pueda encontrar en la ruta de evacuación, la cual eventualmente pueda dificultar el desplazamiento de la PcD, informar de inmediato a los GAE.

Es importante escuchar e incorporar las propuestas de las PcD en los programas de protección civil encaminados en la Gestión Integral de Riesgos y Desastres de los entornos donde socialicen las PcD. Alarma personal con sonido fuerte que permite que se lo ubique fácilmente.

Abasto de medicamentos y dispositivos de ayuda adecuados a su discapacidad.

Suministro de bolsas de plástico para arrojar residuos y desechos personales.

Copia plastificada del plano de evacuación del edificio y del esquema de las rutas de evacuación y la ubicación de las puertas o salidas de emergencia de cada piso.

Cualquier otro elemento que pueda necesitar en situación de emergencia y que esté exclusivamente vinculado a las PcD.

Animales de servicio

Si las PcD tienen un animal de servicio (perros guía), deberán realizar un plan de acción para su cuidado, incluyendo protección, comida y refugio. El plan deberá estar modificándose en función a los ejercicios del simulacro que se realice con este fin, lo más importante es crear espacios seguros, rutas de evacuación accesibles y apoyos de las personas asignadas para ayudar a las PcD.

La persona que tiene un Animal de servicio o de apoyo para PcD no debe ser separados de ellos bajo ninguna circunstancia y menos si se trata de una emergencia (incluye horarios de trabajo, todas las personas deben practicar los ejercicios de evacuación con los animales tratando a estos en las mismas condiciones y garantías que se le da a otra persona en la cual se enfrenta a un peligro.

Lista de elementos del equipo de emergencia para animales de servicio

Esta lista de elementos del equipo de emergencia, enumera los artículos básicos que cada Persona con Discapacidad (PcD) acompañada por un animal de servicio o asistencia deberá tener preparados de antemano, para que el animal pueda sentirse cómodo durante una situación de emergencia. Los animales de servicio deben tratarse, alimentarse y apoyarles como una persona más. Se recomienda guardar todos las provisiones en una bolsa accesible que pueda transportarse de un lado a otro en caso de que sea necesario, verificar el equipo de emergencia y aparatos relacionados con el animal por lo menos dos veces al año, para asegurarse de que los alimentos, el agua y los medicamentos se mantengan en buen estado y de reponer cualquier componente que se haya utilizado del equipo de emergencia.

RECOMENDACIONES GENERALES SEGÚN EL TIPO DE DISCAPACIDAD

Las personas con discapacidad no son un grupo homogéneo, las limitaciones funcionales (físicas, auditivas, visuales, mentales o intelectual) tienen sus propias necesidades y recomendaciones de apoyo, por ello es necesario considerar la complejidad de cada una, asimismo se reconozca la responsabilidad que tienen las PcD de diseñar y salvaguardar su propia seguridad, esto sólo se logrará si la participación de las autoridades en la materia y las personas con discapacidad trabajan en conjunto para delinear y establecer los protocolos convenientes en la salvaguarda de las PcD, en similitud con los procedimientos en materia de protección civil.

El procedimiento implica constituir un modelo general para actuar ante situaciones de emergencia y evacuación, los esfuerzos serán inútiles, si no se plantean las necesidades para cada entorno y la diversidad funcional. El propósito es implementar un plan general de actuación para personas con discapacidad, cada inmueble tiene su complejidad y deben tener su propio procedimiento, el principal objetivo es trasladar en las mejores condiciones de seguridad y protección a las personas con discapacidad, a permanecer en una área de menor riesgo y posteriormente iniciar si es el caso la evacuación al exterior del inmueble, considerando los protocolos de actuación:

Protocolos de actuación:

Área o zona de menor riesgo interna: Espacios seguros para salvaguardar a las PcD contra fenómenos perturbadores descritos en el Programa Interno de Protección Civil, situados en pisos estratégicos cercanos a las salidas principales del inmueble y adaptados para el tipo de fenómeno a enfrentar, estas zonas deben de ubicarse en los descansos cercanos a las escaleras, en los pasillos de ascensores o en lugares que estén debidamente protegidos contra sismos e incendios y contengan medios de comunicación para enviar y recibir mensajes por el personal de apoyo y compañía de las PcD.

Rutas de evacuación: Deberán estar conformadas con un espacio amplio para transitar una silla de ruedas en cumplimiento a la normatividad emitida para este fin, pisos antiderrapantes sin desniveles, luminarias con luz de emergencia, barreras corta fuego a lo largo de los pasillos, cerrojos antipánico y cubo de escaleras con descansos a un sitio seguro. Deberán tener luz de cortesía (en los escalones).

Zona de menor riesgo externa: Son lugares protegidos ubicados fuera de las puertas de salidas de edificios, espacios conformados para proveer un ámbito seguro a las personas con discapacidad, considerando en estos servicios médicos, refugio temporal e instalaciones y servicios sanitarios para PcD y animales de servicio.

Atención en albergues: Las PcD requieren apoyos especiales en su trato considerando. La alimentación, el aseo, los dormitorios, sanitarios, servicio médico, el ejercicio físico, sin embargo, las necesidades de las PcD son similares al común de las personas, el trato digno a sus animales de apoyo es indispensable, en términos generales se deben considerar los siguientes requerimientos:

Discapacidad Física = Entre sus requerimientos especiales es importante proveer de frazadas, ropa caliente, colchón, almohadas de algodón, un lugar seco y Kit de higiene, apoyo personal, ambiente físico adaptado (accesibilidad, rampas, baños, pasamanos, cubiertos para alimentos, camas ortopédicas, personal especializado, enfermeras entre otros).

Discapacidad Visual = Al no poder ver su entorno de la PcD se le dificulta acceder a la ayuda, tiene dificultad de orientación, falta de acceso a la información, discriminación y la pérdida de ayudas (bastón o perro guía). La inexistencia de señales táctiles, que conduzcan al baño o comedor del albergue, filas separadas para acezar a los alimentos, agua, servicio higiénico, en este sentido se precisa de la atención urgente de sus GAE, para tranquilizar y orientar su adaptación al nuevo entorno de la PcD. El perro guía debe tratarse como una persona más, con todos los derechos y lugar para dormir, debiendo tener un cuidado muy riguroso de sus patas, ya que transitan en lugares no rutinarios y donde se pueden lastimar.

Discapacidad Auditiva = Su dificultad principal es la comunicación. Los albergues temporales deben tener un Kit de información para todo tipo de discapacidad, a través de imágenes, gráficos y señales impresas comunes del albergue, el cual debe tener dentro de sus servicios un intérprete en Lengua de Señas Mexicana (LSM) y/o alguien que tenga conocimientos de esta. Asimismo, deben integrar accesos o filas especiales para PcD a los servicios en general del albergue.

Discapacidad Intelectual = Se caracteriza por limitaciones significativas tanto en el funcionamiento intelectual (razonamiento, planificación, solución de problemas, pensamiento abstracto, comprensión de ideas complejas, aprender con rapidez y aprender de la experiencia) como en conductas adaptativas (conceptuales, sociales y prácticas), que se han aprendido y se practican por las personas en su vida cotidiana. Restringiendo la participación comunitaria y en estrecha relación con las condiciones de los diferentes contextos en que se desenvuelve la persona.

Discapacidad Mental = En general se estresan con frecuencia al no conocer a las personas y se someten a presión por una situación desconocida fuera de lo normal y costumbres, la acumulación de gente los altera. Es importante localizar al GAE, en términos generales, este tipo de PcD precisa de medicamentos continuos, muchos de ellos requieren de refrigeración, es importante que el albergue tenga un médico y especialista (enfermera)

Lo importante, es que las PcD dispongan de un plan escrito que contenga los procedimientos a seguir, en una emergencia y desastre elaborado por ambas partes, con el propósito de conciliar las acciones correctas y adecuadas en el comportamiento y actuación de los brigadistas de protección civil y las personas con discapacidad según su discapacidad y que todas las acciones hayan sido leídas, comprendidas, y practicadas por ambas partes. Asimismo evaluar periódicamente lo que cada responsable debe hacer recordando:

Practicar en conjunto con las personas PcD cómo resolver diferentes circunstancias y situaciones debemos en su totalidad seguir y revisar las rutas de evacuación y escaleras, detectando espacios reducidos, salidas o pasillos bloqueados, considerando un refugio para realizar prácticas con perros de ayuda.

Recordar en conjunto con las PcD el procedimiento: Agáchese, Cúbrase, Agárrese ante un sismo y al efectuar un recorrido por una ruta de evacuación.

Asegurarse que todas las personas del inmueble, incluyendo otros turnos y los que desempeñan tareas después de las horas laborales habituales (personal de limpieza, seguridad) conozcan a las PcD y sus ubicaciones en el edificio, teniendo en cuenta que deben de identificar a los brigadistas, los GAE y los procedimientos

Tener en cuenta y recordar las actividades de rutina y pensar cómo el desastre afectará a las PcD, lo que se debe hacer y cómo ayudar.

Considerar en dónde está el equipamiento de emergencia y los recursos necesarios para actuar en un desastre. Planificar siempre antes, no durante la emergencia

Ubicarse en cualquier emergencia (excepto incendio): es más seguro permanecer al interior de los inmuebles, la mayoría de las personas resultan heridas por otras personas, la caída de escombros o de

mobiliario u objetos pesados que ponen en riesgo la vida de las personas y los animales de compañía (perro guía). Colóquese siempre en una zona de menor riesgo interna, protéjase la cabeza, el cuello con los brazos y manos si la discapacidad lo permite, sujétese a un escritorio o mueble para impedir que se mueva y se golpee.

Analizar y proceder en función de la emergencia: ¿es un sismo?, ¿es un incendio?, ¿es una inundación?, ¿es un disturbio social?, ¿dónde están ubicados los brigadistas y GAE?, ¿cuándo sí y cuándo no debo salir del inmueble?, ¿cuándo debo permanecer en el inmueble?

Es recomendable en caso de sismo permanecer dentro del inmueble y ubicarse en una zona de menor riesgo, siempre y cuando los riesgos sean más severos al exterior del inmueble. En caso de estar en planta baja o un primer piso, que el tiempo de evacuación no sea mayor a 50 segundos, realizar la evacuación.

Las experiencias en la mayoría de los desastres recomiendan que las PcD permanezcan dentro de los inmuebles durante el desplazamiento de otras personas.

En caso de incendio, si la conflagración es en la parte superior del inmueble (varios pisos arriba), ubíquese en una zona de menor riesgo y espere que los GAE organicen la evacuación al exterior del inmueble. Si el incendio es en el lugar donde se ubican las PcD o en un piso inferior, solicitar auxilio a los GAE y evacuar el inmueble de inmediato.

Consultar con el GAE o brigadistas las acciones a seguir, tomar en cuenta el tipo de fenómeno:

Hacer = un listado de necesidades básicas como: Identificaciones personales, medicamentos, kit de emergencias, ayudas de emergencia para PcD (sillas de ruedas, muletas, bastones, mascotas, lazarillos), alimentos para los perros guía incluyendo su cuidado, protección y refugio.

Proteger = espacios donde reside, identificando los peligros y asegurando el mobiliario (peligros de desprendimiento y caída de objetos). Ubicar el lugar más seguro donde pasa el mayor tiempo de su actividad cotidiana y hacerlo una zona de menor riesgo permanente, estos espacios le evitarán lesiones a su persona y desperfectos a sus apoyos como silla de ruedas, muletas, bastones, deberá de retirarse de cristales, objetos pesados que puedan caer.

Participar = practicando en los simulacros que promueva su localidad y anime a otras personas con discapacidad a participar. Si durante un simulacro se identifica algún problema, revisar el plan para reorientar las acciones convenientes, en acuerdo con los GAE. Si su discapacidad incluye el cuidado de animal de compañía, haga un plan de cuidados para ellos (comida, refugio, servicio veterinario, descanso) y considerar accesibilidad en un albergue.

Esperar = si la PcD está en una silla de ruedas, sillón, cama, no trate de transferirse a otro lugar durante la emergencia, si es un temblor espere que se detenga y efectúe su procedimiento repliegue y evacuación. Si permanece en su silla de ruedas, bloquear las ruedas, cubrirse la cabeza y el cuello. Esté consciente de que puede haber réplicas y crear nuevos riesgos, permanezca en un espacio seguro

ACCIONES GENERALES EN LA EMERGENCIA

Discapacidad Física: Las limitaciones en la movilidad pueden dificultar el uso de las escaleras a una persona o impedir que pueda recorrer largas distancias con rapidez. En estos casos, es probable que la persona dependa de algún dispositivo de movilidad como una silla de ruedas, un scooter, un andador, muletas o un bastón. Por otra parte, es posible que las personas con alguna enfermedad cardiaca o alguna afección respiratoria o adulto mayor tengan limitaciones en la movilidad.

Acciones a efectuar por la PcD Física: Pida a su Grupo de Apoyo Especial que practique mover el equipo de necesidades especiales durante la práctica de un simulacro con evacuación al exterior de un inmueble con el apoyo de las brigadas de Protección Civil. Esto hará que las personas de su red se sientan más cómodas y seguras al manejar o usar el equipo de necesidades especiales ante una emergencia. Si depende de una silla de ruedas o de un scooter, pida que se guarde una silla para evacuación de emergencia cerca de la escalera del mismo piso en el que trabaja de modo que las brigadas puedan acudir a ella en caso de que sea necesario evacuar el lugar. En la lista de instrucciones que entregará al o los integrantes del GAE, identifique las partes de su cuerpo con sensibilidad reducida para que puedan revisarlas para determinar la presencia de alguna lesión que pudo haber sido causada durante la situación de emergencia, en caso de que no pueda revisarlas usted mismo.

Verifique si los refugios especiales para casos de emergencia permiten el acceso con silla de ruedas y animales de apoyo. En lo posible, al brindar atención personal use guantes sin látex. Las personas con lesiones en la médula espinal son más propensas a contraer enfermedades infecciosas durante una emergencia. Los guantes ayudan a controlar el contagio de enfermedades secundarias que pueden derivar de la interrupción de la atención médica ante una emergencia. Asegúrese de que la silla de ruedas se adecue a la persona. No permita que empujen la silla de ruedas ni tiren de ella sin su consentimiento.

Discapacidad Visual: La pérdida de la visión comprende una amplia gama de enfermedades que van desde la ceguera total hasta la ceguera parcial o nivel reducido de visión que no puede corregirse con anteojos o cirugía. La capacidad para leer señales o moverse en entornos desconocidos ante una emergencia puede ser difícil, lo que crea una sensación de desorientación o de dependencia hacia las demás personas.

Acciones a efectuar por la PcD Visual: Disponga de un bastón largo para desplazarse entre los escombros del piso o de los muebles que pueden haberse cambiado de lugar ante una emergencia. Marque todos los materiales para casos de emergencia con cinta fluorescente. Para casos en el hogar, marque de antemano todas las válvulas de cierre de gas, agua y electricidad con cinta fluorescente, letra de imprenta o en braille. Familiarícese de antemano con todas las vías de escape y con la ubicación de las puertas o salidas de emergencia de cada piso del edificio en el que trabaje, viva o se encuentre de visita.

Discapacidad Auditiva: Una persona puede ser sorda, haber quedado sorda o presentar dificultades para oír aún usando aparato auditivo. La diferencia entre estos términos se basa principalmente en el lenguaje que debe usarse y la forma de comunicación con estas personas. Ante una emergencia, la forma en que se emite una señal de advertencia es crítica frente a la manera en que una persona con limitaciones en la audición puede responder y seguir las instrucciones de seguridad.

Acciones a efectuar por la PcD Auditiva: Si una persona de apoyo (GAE) no está disponible ante una emergencia, busque la ayuda de otras personas a quienes pueda comunicarles su limitación en la

audición, mediante cualquier tipo de lenguaje o moviendo los labios sin emitir sonidos, señalando el oído, haciendo un gesto o bien señalando un audífono. Solicite el apoyo del grupo de atención especial (GAE) o brigadistas. Tenga a la mano lápiz y papel para comunicarse por escrito. Tener un localizador portátil que esté conectado a algún sistema de búsqueda para casos de emergencia en su lugar de trabajo o en el lugar en el que vive. Lleve consigo una tarjeta plastificada que indique que es sordo o presenta este tipo de dificultades y que explique cómo comunicarse con usted. Coloque otra tarjeta del mismo tipo en el equipo de supervivencia.

Personas con Discapacidad Mental: Las discapacidades no visibles identificadas como mentales, que restringen la capacidad de respuesta autónoma de una persona ante una emergencia, requieren en algunos casos, del apoyo y compañía de sus cuidadores, familiares o personas de confianza. Es importante que las personas conozcan los pasos que deben seguir en caso de emergencia. Deben comunicarse si lo pueden hacer con su GAE para saber cómo los asistirán y los ayudarán al enfrentar un desastre y regresar a su rutina habitual. Acciones a efectuar por la PcD Mental Para realizar cualquier acción durante la emergencia, deberá de permanecer en el sitio en espera de auxilio.

En caso de situación de alto riesgo solicite auxilio a cualquier persona si usted lo puede hacer, o con el apoyo de su amistad o familiar que lo auxilia rutinariamente

ELEMENTOS BÁSICOS DE SUPERVIVENCIA PARA PCD

Los elementos del equipo de supervivencia que se enumeran en esta Guía son sugerencias y es posible que no se apliquen necesariamente a cada situación de emergencia o a las necesidades especiales de cada persona. Es por eso que los usuarios de la Guía deben determinar qué elementos esenciales necesita incluir antes para utilizar en una situación de emergencia. Es posible que en una eventualidad se corte la luz, agua y gas. Duna emergencia, probablemente necesite acudir a un refugio especial. Se recomienda que usted y su familia designen a una persona de confianza que viva fuera de su comunidad. De esta forma, ante una evacuación, los integrantes de la familia podrán avisarse unos a otros llamando a la persona de confianza que designado. Supervice y almacene todos los elementos del equipo de supervivencia para emergencias (incluso medicamentos, material médico y dispositivos de asistencia) en un envase accesible y transportable en caso de que sea necesario evacuar el lugar. Seleccione una persona (GAE) en el trabajo y otra en el hogar que pueda ayudarlo durante una emergencia (asegúrese de informar a esta persona dónde guarda el equipo personal de supervivencia para emergencias).Prepare una lista de posibles alergias a alimentos o fármacos y de todos los medicamentos que está tomando. Se recomienda distribuir copias de esta lista a las personas designadas, así como llevar una copia consigo o guardarla en el equipo de supervivencia para emergencias, en el hogar, en el trabajo o dentro de su escuela o en el automóvil (si fuera pertinente). En la lista de medicamentos, especifique el motivo por el que toma cada uno de ellos (ej. la enfermedad o afección que cada uno de ellos trata). Incluya el nombre genérico, la posología, la frecuencia y el nombre e información de contacto del médico. Si tiene hijos con alguna discapacidad o necesidades particulares, prepare una lista similar por cada uno de ellos y entréguesela a un familiar o persona responsable (GAE) para casos de emergencia. Si padece alguna alergia, enfermedad crónica o afección médica específica, probablemente quiera considerar usar un brazalete o una identificación. Ante ello intégrela como parte de su plan de preparación para emergencias. Revise con regularidad las fechas de vencimiento de todos los medicamentos, botellas de agua y alimentos enlatados o envasados que forman parte del equipo de supervivencia. Prepare una lista de contactos para casos de emergencia y distribuya una copia en la red que haya designado en el trabajo y/o en el hogar. Asimismo, se recomienda que lleve una copia de la lista consigo o la guarde en el equipo de supervivencia, en su hogar, en su lugar de trabajo o dentro de su

automóvil (si fuera pertinente). Brinde instrucciones por escrito para que las personas de la red sepan cuál es la mejor forma de ayudarlo a usted y a su animal de asistencia (en caso de tenerlo).Si sus necesidades personales requieren atención periódica y/o el uso de aparatos de soporte vital, póngase de acuerdo con los GAE para que lo controlen de inmediato si ocurre una emergencia o si las autoridades locales emiten una orden de evacuación. Elabore y practique un plan de escape para casos de incendio o de muy alto riesgo en su entorno para trabajo o consulte el programa de protección civil interno, de modo que todas las personas en su trabajo y en su hogar sepan qué hacer. Practique el plan de emergencia con los GAE (al menos dos veces por año). Si durante una emergencia la red de asistencia no pudiera ayudarlo por cualquier motivo, pida ayuda a otras personas. Recuerde informarles acerca de sus necesidades y cuál es la mejor manera en que pueden ayudarlo. La lista siguiente de elementos del equipo de supervivencia precisa adicionalmente de artículos básicos que cada persona con discapacidad debe adecuar y tener en un lugar accesible en su oficina u hogar para poder ser autosuficientes durante una situación de emergencia. Dado que los requisitos de abastecimiento ante una emergencia difieren según la discapacidad:

Neumáticos de repuesto. Par de guantes resistentes (para proteger las manos al hacer girar las ruedas de la silla o despejar vidrio u otros materiales cortantes del camino)

Se recomienda en general tener a la mano:

Linterna y pilas

Radio y pilas

Pilas dispositivos de asistencia.

Equipo de primeros auxilios para personas y mascotas

Teléfono de emergencias y del grupo de apoyo GAE.

Velas, fósforos/encendedor

Llaves del automóvil y dinero extra

Documentación importante (identificación)

Tratamientos especiales para PcD

Alimentos no perecederos y botellas de agua desechables

Abridor de latas manual

Ropa y calzado

Sábanas o bolsas de dormir

Papel higiénico y otros elementos personales

Medicamentos especiales

Brazalete o identificación

Mochila/bolso impermeabilizada para objetos personales

Bastón para ciegos (repuestos)

Papel y plumones para rotular y comunicarse

Plan de emergencia que le asegure el funcionamiento de un equipo o aparato de soporte vital en caso de cortarse en la luz.
Cualquier otro elemento que pueda necesitar ante una emergencia y que esté exclusivamente vinculado a sus necesidades especiales.

ADEMÁS CONSIDERE INDISPENSABLES TALES COMO:

Plan. Toda Persona con Discapacidad (PcD), las acciones a seguir en su hogar, calle o entorno laboral, identificando un lugar seguro al interior o exterior de un inmueble que permita al equipo de "Grupo de Apoyo Especial" conocer dónde está. Mientras más limitaciones tengan las PcD, más importante será prepararse en lugares seguros al interior o exterior de un inmueble, siempre debe tener un plan de desastres, incluyendo con los (GAE).

Áreas seguras. Zonas de menor riesgo.

Dispositivos. Las limitantes más importantes que tienen las PcD, es que no pueden saltar, caminar rápido, cubrir-se y agacharse debajo de un escritorio, mesa, por eso la importancia de crear espacios seguros como medida de prevención ante una emergencia. En el caso de utilizar oxígeno o dispositivos de apoyo a la vida, asegurar los cilindros a la pared para evitar daños o lesiones y considerar un equipo portátil de los mismos para iniciar una evacuación urgente del inmueble.

Participación. Se pueden programar simulacros con previo aviso o sin él, incendios e inundaciones, y variar los ejercicios para plantear una serie de retos, siguiendo las rutas de evacuación designadas, las zonas de menor riesgo, pasillos, desniveles, escaleras internas y externas cerradas, puertas bloqueadas, puertas de incendios, visibilidad, luminiscencia, protocolos de actuación para personas inconscientes. La práctica constante y la costumbre, hacen diferencia: ser autosuficiente en un desastre es uno de los objetivos primordiales.

PROCEDIMIENTO GENERAL PARA INTEGRAR, APOYAR Y AUXILIAR A UNA PERSONA CON DISCAPACIDAD ANTE SITUACIONES PREVENTIVAS Y DE EMERGENCIA O DESASTRE

Los procesos son 3, a saber:

a) Consideraciones por tipo de Discapacidad,

b) Espacios seguros,

c) Quién proporciona la asistencia.

Es de suma importancia tomar en cuenta todas las indicaciones que a continuación se describen para brindar el mejor apoyo a todas las PcD.

DISCAPACIDAD FÍSICA:

Características

La discapacidad más común es la física, cuya característica es la movilidad limitada movilidad limitada. En términos generales, si una persona no puede acceder o trasladarse a lugares que le permitan la seguridad y protección ante un desastre, utilizar una parte o elemento arquitectónico de una salida ordinaria o de emergencia, escaleras o las cerraduras de las puertas o cerrojos, entonces esa persona tiene un impedimento de movilidad que afecta a su capacidad para auto protegerse y evacuar en una situación de emergencia a menos que se proporcionen alternativas y apoyos para mejorar su capacidad de respuesta para enfrentar un desastre.

Recomendaciones para el trato adecuado de una Persona con Discapacidad Física:

Al comunicarse

Siempre pregunte si requiere su ayuda y de qué manera, antes de hacerlo; respete su espacio personal y tome en cuenta que la solución que ofrezca debe ser adecuada para el tipo de lesión que presente la persona.

Centre su atención en la PcD, antes que en la limitación.

Háblele directamente, no se dirija al acompañante (de ser el caso que cuenta con uno).

No se apoye en una persona usuaria de silla de ruedas.

No se apoye en la silla de ruedas de la persona.

Cuando hable con una persona usuaria de silla de ruedas o talla baja, siéntese a su altura o en lo posible, guarde una cierta distancia a fin de facilitar el contacto visual.

Si los escritorios o mostradores donde se atiende a las personas con discapacidad son demasiado altos, salga de su sitio y pase al lado de la persona a ser atendida.

Tenga a la mano una tabla sujetapapeles

Asegúrese que el baño utilizado para las personas con discapacidad sea accesible.

Evite sujetar por los brazos a las personas que usan bastones o muletas; necesitan los brazos para mantener el equilibrio.

Mantenga los pisos lo más secos posible en los días de lluvia, si coloca jergas o trapeadores, cuide que no se plieguen y obstaculicen el paso.

Asegúrese que en el edificio haya bancos o sillas para que las personas con discapacidad física se sienten y descansen.

Ofrezca su ayuda para alcanzar, tomar o levantar objetos, abrir puertas o elevadores.

Para subir o bajar escaleras, o para llevarles objetos personales y medicamentos necesarios.

Pregunte a la PcD si conoce de procedimientos de emergencia y protección civil para saber cómo se le puede ayudar.

Al presentarse como persona responsable del Grupo de Apoyo Especial (GAE), indicarle a la PcD cuáles son sus responsabilidades y cómo lo va ayudar en todo tipo de emergencia.

Preparar en conjunto con la PcD las acciones a seguir en un desastre considerando las observaciones en el trato adecuado a las personas con discapacidad.

En la emergencia

Recuerde que no debe utilizar los ascensores.

Mantenga las rampas y las puertas con accesos para sillas de ruedas o andaderas sin obstáculos.

Asegúrese de que el trayecto que seguirán las personas con discapacidad física esté libre de obstáculos.

Asegúrese de que haya señales para orientar a las personas con discapacidad física hacia las áreas accesibles; necesitan saber la forma más fácil de moverse dentro de un lugar.

El personal de seguridad y de recepción debe conocer las rutas accesibles dentro de los edificios y brindar indicaciones precisas

Si se auxilia a una PcD que camina despacio, con el apoyo de bastones o muletas, procurar ir al ritmo de él o ella, evitando tratados de prisa.

Al encontrar a una PcD que este caída, preguntarle cómo le puede ayudar, no hacerlo antes de consultar a la persona afectada.

Proteger a las PcD, de las muchedumbres en movimiento.

Acomodar la velocidad de nuestro paso al de las Pc.D.

No tome sus muletas, bastones, brazos de la silla de ruedas

Procure que las ayudas técnicas estén muy cerca de él o ella (silla de ruedas, prótesis, bastones, muletas)

Si la persona con movilidad reducida usa muletas o bastón, tal vez pueda utilizar las escaleras, una mano la utiliza para sujetar el pasamanos y la otra para la muleta o bastón, no interferir en el accionar de la persona. La persona de apoyo puede servir como barrera de protección con el resto de las personas que circulan.

Las personas en sillas de ruedas pueden necesitar apoyo para pasarse de una silla a otra (silla de emergencia), evitar aplicar presión en las extremidades o pecho de la Persona con Discapacidad, puede provocar espasmo, dolor y hasta respiración restringida. Tener cuidado con apoyos ortopédicos o problemas neurológicos y quienes presentan adicionalmente trastornos respiratorio o cardiacos.

Si es posible sugiera a la persona que mantenga siempre una linterna en la silla de ruedas, así, en caso de suspensión del fluido eléctrico podrá contar con iluminación.

Sistema de alelamiento

Las personas con movilidad limitada pueden oír alarmas estándar y notificaciones de voz, pueden ver los aparatos activados visuales (luces estroboscópicas de notificación) que advierten del peligro y la necesidad de evacuar, así como la interrelación con los Grupos de Apoyo Especial (GAE), para auxiliar a las PcD al momento de escuchar un alertamiento por sismo, incendio u otro tipo de emergencia

Durante la evacuación

Los cambios en el entorno físico dificultan llegar a una zona de menor riesgo. Esto puede ser propiciado por la pérdida de la ayuda técnica como silla de ruedas, bastón, muleta, prótesis.

Preguntar a la PcD cuál es la mejor manera para levantarla o trasladarla si está caída, no hacer intentos sin antes preguntar a la PcD.

Utilizar sillas de ruedas de emergencia o camillas adicionales para su evacuación a una zona de menor riesgo.

Movilice a la persona en silla de ruedas con rapidez y precaución. De acuerdo a lo que la persona le indique, ella sabe cuál es la mejor manera de ayuda y traslado.

Guíela cuidadosamente, no empuje a otras personas que transitan por la ruta de evacuación.

Para bajar o subir escaleras, solicite ayuda a otras personas (mínimo a 3 personas) para levantar a la PcD en silla de ruedas.

Procure bajar las escaleras de modo que la persona en silla de ruedas se encuentre de espaldas, para brindarle mayor seguridad.

Durante el movimiento, ofrezca seguridad a la PcD sujetándola a la silla de ruedas (puede hacerlo con una prenda de ropa).

En caso de no poder movilizar a la persona en su silla de ruedas, debe preguntarle cuál es la mejor manera de apoyarla, pues la solución depende del tipo de lesión que presente.

En algunos casos, podría realizarse un levantamiento con ayuda de otra persona, en este caso, asegúrese de que otra persona traslade la silla de ruedas. Una vez que baje las escaleras, devuélvale a la persona su silla de ruedas y evacúe con seguridad y rapidez.

En otros casos, una forma más de trasladar a la persona podría ser utilizando una férula larga de espalda tipo camilla. Una vez colocada y asegurada la persona, es posible trasladarla rápidamente hasta una zona de menor riesgo (recuerde preguntar antes de actuar).

Si la persona se moviliza con ayuda de muletas o bastón, usualmente está en la capacidad de bajar o subir. No toque sus muletas o bastón pues son su punto de apoyo.

Al evacuar un inmueble con gran cantidad de personas, proteja a la PcD que no vaya a ser golpeada o tirada por las personas que realizan un desalojo, es preferible ubicarla en una zona de menor riesgo para su seguridad y esperar que concluya el desalojo de las personas.

En algunos casos, dependiendo de la ubicación en la que se encuentren dentro de una edificación, evaluar la conveniencia de evacuar a las PcD después de que ya salieron todas las personas para evitar accidentes y retrasos en la evacuación general.

¿Existe una zona de menor riesgo segura al interior del inmueble?

Informar a la PCD cuáles son los espacios seguros de protección en caso de un siniestro, el cual debe estar libre de obstáculos.

Una Persona con Discapacidad Física, podría ser capaz de auto protegerse ante cualquier situación de emergencia o desastre si el inmueble cuenta con procedimientos de emergencia específicos para PcD, Grupos de Apoyo Especial (GAE), zonas de seguridad internas y externas y rutas de evacuación accesible y amplia para transitar sillas de ruedas o personas con bastones o muletas.

Una zona de menor riesgo o refugio al interior de un inmueble para PcD, sirve para protegerse de los sismos incendios u otras emergencias, llevando a cabo los procesos de: agáchate, cúbrete, agárrate, con el apoyo de los GAE.

Una zona de menor riesgo está ubicada en un lugar separado de cristales, ventanas, con trabes y columnas seguras, con mobiliario empotrado en la pared y espacios que permita maniobrar y asegurar sillas de ruedas para PcD a la salida más cercana del inmueble.

¿Existe una circulación segura y accesible?, (ruta de evacuación)

Una ruta de evacuación es segura y accesible si cumple con los siguientes criterios:

Una Persona con Discapacidad Física, es capaz de transitar a través de la ruta de evacuación con o sin ayuda de personas a una zona de menor riesgo interna (dentro del inmueble).

Una Persona con Discapacidad Física, es capaz de circular con o sin ayuda de personas a través de la ruta de evacuación para llegar a una zona de menor riesgo externa (fuera del inmueble).

Una Persona con Discapacidad Física, que utiliza una silla de ruedas, bastón o muletas será autosuficiente si los pisos para transitar son accesibles, amplios y con desniveles adecuados.

Una Persona con Discapacidad Física será autosuficiente al transitar por una ruta de evacuación que está señalizada adecuadamente (protección civil y discapacidad) y estratégicamente.

Una persona con movilidad limitada debe tener la capacidad para viajar de la zona de refugio al exterior del inmueble, aunque ese tipo de desplazamiento puede depender de la ayuda de los GAE

Rutas alternas

¿Qué es una ruta de evacuación alterna?

Las personas con movilidad limitada tienen que saber si existe una ruta de evacuación alterna de circulación utilizable en el inmueble en que se encuentran. Si no hay una ruta complementaria, se debe considerar en los planes la permanencia en una zona de menor riesgo. Esperar que realicen la evacuación el total de las personas y posteriormente realizar la evacuación de las PcD en conjunto con los GAE y brigadistas del lugar por la salida que utilizaron todos para evacuar.

Se sugiere a los GAE realizar simulacros, en los cuales se les indique cual es el protocolo a seguir o ruta de evacuación.

Las salidas que no sean principales, puertas al exterior, que obviamente son utilizadas como salidas de emergencia, deben ser identificadas con letreros colocados por encima de las puertas de salida y por las señales de protección civil aprobadas en la normatividad oficial (flechas y salida de emergencia) que deben ser fácilmente visibles y en tamaño desde cualquier dirección de aproximación al acceso a la salida.

Las personas con movilidad limitada deben contar con algún tipo de instrucciones por escrito, un folleto o un croquis que muestre todas las señales y todas las vías de circulación utilizables (zonas de menor riesgo y rutas de evacuación). Además, los croquis simples de la construcción que muestran la ubicación de las zonas de riesgo en las cuales no deben de permanecer ante una contingencia.

El personal de seguridad del inmueble, incluidas las personas responsables ante una emergencia, deberán de coordinarse para que los GAE integren los procedimientos específicos y las necesidades de apoyo a las PcD, realizando acciones conjuntas que permitan coordinarse ante una situación de alto riesgo.

Los Grupos de Apoyo Especial para PcD (GAE), deberán de estar capacitados permanentemente en todos los procedimientos en una evacuación del inmueble para las personas con discapacidad y ser capaces de dirigirlos a una zona de menor riesgo o una ruta de evacuación al exterior del inmueble.

Otras personas voluntarias podrán apoyar a los GAE utilizando equipo especial para transportación de PcD física como: una cuna (frazada), un columpio (asiento) o realizar un acarreo en la silla de ruedas de emergencia.

La formación, la práctica, los beneficios y riesgos de cada técnica para una persona determinada son aspectos importantes del proceso de planificación y deben de practicarse periódicamente con las indicaciones de la PcD.

Recuerde que antes de actuar debe preguntar para identificar una solución de acuerdo a las lesiones o limitaciones particulares de cada persona.

¿Impedimentos para evacuar?

Los ascensores suelen volver a la planta baja cuando se activa una alarma de incendio y puede ser operado después de que un “bombero” liberó el interruptor con una llave especial. Bajo ningún tipo de emergencia se podrán considerar los elevadores como una ruta de evacuación alterna.

Un impedimento para utilizar una ruta de evacuación principal, es que se encuentre bloqueada por mobiliario, escombros, gran cantidad de personas a evacuar, que el tipo de emergencia no permita desplazarse por esa ruta.

Los Grupos de Apoyo Especial (GAE) en sus procedimientos deben contemplar una salida alterna que permita a las PcD trasladarse a una zona de menor riesgo interna o externa, brindándoles máxima seguridad y protección, así como el desplazamiento en espacios amplios en los cuales puedan circular sillas de ruedas o personas con muletas o bastón.

Apoyo de los GAE

Los Grupos de Apoyo Especial (GAE), son las personas responsables del apoyo a las PcD. Al momento de escuchar un alertamiento que indique una emergencia, están entrenados y capacitados en protección civil así como el trato y apoyo a las PcD. La responsabilidad de los GAE es apoyar en todo momento a las PcD, proveyéndole de toda la información y el procedimiento a efectuar ante una emergencia, considerando los 5 pasos de su responsabilidad:

Informar: a la PcD de su responsabilidad, qué tipo de emergencia se presenta y cómo lo pueden ayudar.

Explicar: a la PcD el procedimiento de cómo trasladarse a una zona de menor riesgo interna y comentar cuál es la ruta más conveniente.

Acompañar: a la PcD y/o ayudarlo con su silla de ruedas, muletas, bastones a trasladarse a la zona de menor riesgo interna.

Proteger: permanecer en el lugar y salvaguardar a las PcD, hasta que las condiciones permitan realizar una evacuación segura al exterior del inmueble.

Cuidar: los aparatos de soporte (muletas, bastón, silla de ruedas) que serán indispensables en una evacuación general del inmueble.

Las personas con movilidad limitada, en algunos casos, podrían ser capaces de subir y bajar escaleras. En otros casos podrían tener problemas para operar cerraduras, picaportes y otros dispositivos debido a las limitaciones funcionales en las manos o los brazos, casos en los que pueden ser asistidos por cualquier persona, de preferencia en una emergencia deben de contactarse con los GAE. Es importante recordar que no todas las personas en un edificio están familiarizadas con todos los procesos. Es importante que todas las personas y la comunidad conozcan sobre los procedimientos para apoyar a una PcD.

No todas las personas que utilizan sillas de ruedas u otros dispositivos de asistencia, son capaces de circular por ellos mismos. Los que no pueden, deben buscar la asistencia adecuada de los GAE.

No todas las personas usan sillas de ruedas. Algunas limitaciones en la movilidad impiden a una persona el uso de los brazos, de las manos, dedos, piernas, o pies. •La evacuación prevista para estas personas, deberá realizarse con el personal de apoyo designado.

¿Cuántas personas son necesarias para proporcionar asistencia?

Una persona

En función, y las características de cada emergencia, es conveniente que siempre esté presente una persona del Grupo de Asistencia Especial (GAE), que permita apoyar directamente a la PcD en toda la etapa de la emergencia. Es importante, que en el caso, de que la persona responsable de la atención de la

Persona con Discapacidad, deba de entrenar a otro compañero sustituto, para que en el caso de que el responsable, no se encuentre.

Varias personas

Es importante considerar que el apoyo adicional o complementario para ayudar a una Persona con Discapacidad, debe ser con el auxilio de los GAE, siempre será mejor tener suficiente personal para apoyar a las personas con discapacidad y no estar en el dilema de estar buscando al momento de la emergencia personas de apoyo que en su momento serán solidarias, sin embargo no tienen los conocimientos para apoyar, auxiliar a una Persona con Discapacidad Física.

Es importante que en todos los programas encaminados a la seguridad y protección de las personas con discapacidad, se contemple que siempre debe de existir personal adicional entrenado para enfrentarse a una situación de emergencia, es fundamental tener el conocimiento sobre qué hacer y cómo actuar en la atención y el apoyo de una Persona con Discapacidad.

DISCAPACIDAD VISUAL

CARACTERÍSTICAS

Esta categoría incluye a las personas con pérdida parcial o total de la visión. Algunas personas con una discapacidad visual pueden distinguir la luz y la oscuridad, contraste de colores o en letra grande, pero no pueden leer la letra pequeña, Interrelacionarse en espacios con poca luz, o tolerar el deslumbramiento**.**

Este colectivo incluye a las personas con ceguera y baja visión. Un número importante de personas con discapacidad visual tienen percepción de luz y, por lo tanto, un resto visual funcional o no, para ciertas actividades. Así, es posible que distingan altos contrastes cromáticos, macrotipos (letras amplificadas), caracteres braille o que les resulte difícil leer textos con letra muy pequeña, o adaptarse rápidamente a los deslumbramientos provocados por contraste en la iluminación de distintos espacios.

Trato adecuado

Siempre pregunte antes de ayudar; respete su espacio personal.

Identifíquese antes de tener un contacto físico.

Dígale su nombre, y su función si corresponde.

Al hablar con la Persona con Discapacidad Visual, presentarnos claramente y conversar con palabras cortas y precisas; para que puedan recibir el sonido con claridad.

Diríjase en todo momento a la persona con discapacidad, aún y cuando se encuentre acompañado de un tercero. Si se tratase de un menor de edad ofrezca información adecuada a su edad y también a su familia.

Si le pide apoyo para que le acompañe, usted puede fungir como guía de una persona con discapacidad visual, para ello debe permitir que le tomen del brazo o del hombro y caminar ligeramente adelante (preferentemente medio paso); esto permite a la persona con discapacidad sentir cambios de dirección o de nivel (rampas, escaleras) en el desplazamiento.

Esté dispuesto a ayudar si se lo piden, para leer lo que sea necesario o acercarla a un lugar. La comunicación con personas con discapacidad visual puede requerir la lectura en voz alta de información que no se dispone en formatos accesibles (braille, macro tipos, audio), lea todo el documento a un ritmo de lectura y volumen adecuado (ni demasiado rápido, ni muy lento). No tome decisiones sobre la omisión o no del contenido de los documentos; repita la lectura las veces que sea necesario. •Puede colocar la mano de una Persona con Discapacidad visual en un pasamano o el respaldo de una silla, indicándole la existencia de una escalera o a un asiento. Informe en qué lugar exacto se encuentra lo que busca. Sea específico, use referencias del tipo “detrás de ti” “a tu derecha” “izquierda” y no del tipo “aquí” o “allí” ya que no le indican nada. Utilizar gestos o indicaciones hechas con la mano, serán percibidas únicamente por personas con debilidad visual.

No toque el bastón o el perro guía de la persona.

No pregunte el nombre del perro guía.

Asegúrese que el trayecto que seguirán las personas con discapacidad visual esté libre de obstáculos.

Mantenga las puertas o ventanas totalmente cerradas o totalmente abiertas. Sobre todo aquellas ventanas de hoja abatible y que estén colocadas entre 68 y 220 centímetros del nivel del piso o puertas de cristal transparente.

Coloque en las puertas y muros de vidrio, cintas de 20 centímetros de ancho y de alto contraste cromático con el entorno, a una altura de 90 y 120 centímetros a partir del nivel del piso.

Cuando hablemos con la PcD Visual, no mirar hacia otros lados, sino prestémosle atención, ya que pueden percibir claramente de donde proviene la voz.

No elevar la voz al hablar con ellos; no son personas sordas, y probablemente tenga el oído mejor entrenado que el de cualquier persona.

Usar con naturalidad palabras o expresiones como: “ciego” o “persona ciega”. • Explique a la PcD los procedimientos de emergencia y protección civil para definir cómo se pueden ayudar en conjunto.

En la emergencia

Informe a la persona con discapacidad visual las acciones a realizar en la emergencia.

No dejar de hablar con la PcD, explicándole siempre las características del entorno, posibles obstáculos e informar anticipadamente las acciones a seguir.

Asegúrese que la persona con discapacidad visual ha comprendido y tiene información suficiente sobre las acciones que se van a realizar en la emergencia.

Indique a la PcD las distancias aproximadas para ubicarlo en una zona de menor riesgo al interior o exterior de un inmueble.

Al desplazarse, diríjase de forma descriptiva. Ejemplo: enfrente hay un obstáculo, siga a la derecha, izquierda, adelante, atrás etcétera. Describa verbalmente los escenarios: alguna puerta, objeto, columna, trabe y la ubicación respecto a la distancia aproximada de la persona hacia ellos.

No utilizar palabras ¡cuidado! ya que no indica si debe detenerse, correr, agacharse.

En caso de existir una situación de peligro utilice indicaciones precisas para las acciones que debe llevar a cabo una persona con discapacidad visual para salvaguardar su vida.

Si la PcD es usuaria de un perro guía o bastón, caminar del lado opuesto al apoyo.

No toque el bastón ni acaricie al perro guía, el perro está trabajando y debe estar concentrado

Para guiar el desplazamiento de varias personas con ceguera o baja visión, es necesario que se tomen del hombro y que usted considere al menos un 50% más de espacio en el ancho de la ruta de desplazamiento.

Evitar que todos hablen durante la emergencia, expresar concretamente sus indicaciones.

Informe a la persona con discapacidad visual sobre las características de una “zona de menor riesgo”.

Avisar claramente cuando nos dirigiremos a una zona de menor riesgo y cuando lleguemos. No dejarle nunca sin previo aviso.

En el caso de que haya que custodiar algún objeto personal necesario de la PcD (por ejemplo en un guardarropa), debemos aclararle perfectamente en dónde va a poder recuperarlo, así como identificar y detallar las características del bien a custodiar.

Si tiene un perro guía, no lo toque, no lo alimente, no lo distraiga. El perro se convierte en parte del cuerpo de la persona y está trabajando, cuando lo indique la PcD se podrá interrelacionar afectivamente con el perro guía.

Si usted apoya como guía, la persona soltará el arnés del perro y solamente lo sujetará por la correa.

Es aconsejable que las rutas de evacuación estén marcadas con una textura ubicada en el suelo que permita orientar en dirección a las salidas de emergencia, complementada con una señalización en escritura Braille colocada en los muros.

Es indispensable que la o las rutas de evacuación contengan guías de piso -o pavimento táctil-, que direccionen la movilidad de las personas con discapacidad visual, complementada con una señalización orientativa, direccional, indicativa y/o restrictiva basada en un triple criterio de elementos de comunicación: macro tipos – letras amplificadas-, pictogramas y braille y un triple contraste cromático entre figura-fondo-superficie de adosamiento. Incluir las medidas y ubicación de las placas de señalización

Al bajar o subir escaleras, indíquele la ubicación del pasamanos para proporcionar más apoyo y seguridad, así como señalar el inicio o final de pisos con declives o escalones.

Al salir de un edificio las PcD, deberán de seguir siendo asistidas por los Grupos de Apoyo Especial con este fin.

Sistema de alertamiento

Las personas con discapacidad visual pueden escuchar las alarmas de incendio del edificio y anuncios de voz a través de sistemas de megáfonos que advierten de un peligro o de la necesidad de evacuar o que

proporcionan instrucciones. Por lo tanto, no se requiere planeación adicional o adaptaciones especiales, sólo para esta función.

Durante la evacuación

Los cambios en el entorno físico dificultan la orientación y movilidad acostumbrada de la Persona con Discapacidad, derivado de la posible pérdida o daño de las ayudas técnicas (bastón, anteojos de protección, lupas, arnés del perro guía).

Al momento de la evacuación, se debe de considerar:

Recuerde que en caso de emergencia no utilizar los ascensores.

Transmitirle calma y confianza desde el primer contacto, identificarse con la PcD diciéndole quién es y para qué está ahí.

Describir el entorno en que se encuentra ubicada e informarle si realizarán un repliegue o evacuación.

Los sismos pueden causar la caída de objetos y mobiliario y rodar los muebles de modo que se haga muy difícil moverse dentro del entorno, las PcD deben de caminar arrastrando los pies para detectar objetos en el piso.

Si los pasillos cuentan con pasamanos, indíquele la ubicación para proporcionar más apoyo y seguridad.

Procure se descriptivo con respecto a la ruta de evacuación.

Informe de los posibles peligros.

Estar siempre alerta para que la persona y su guía (animal), realicen una evacuación segura y efectiva

¿Existe una zona de menor riesgo al interior del inmueble?

Una ruta de evacuación se considera una trayectoria de circulación utilizable, si cumple uno de los siguientes criterios:

Una Persona con Discapacidad visual es capaz de viajar a través de la ruta y ubicarse en una zona de menor riesgo sin ayuda de las personas.

Una Persona con Discapacidad visual es capaz de ayudar a las personas dando instrucción de qué hacer.

Una zona de menor riesgo para PcD es un espacio seguro que sirve como un área temporal de resguardo de los efectos de un sismo, incendio u otra emergencia.

Una persona con una discapacidad visual debe ser capaz de viajar desde la zona de refugio o menor riesgo, trasladarse por una escalera y salir a una zona de menor riesgo externa del inmueble, en ese tipo de viajes dependerá de la ayuda de los demás.

Una persona con una discapacidad visual tiene que saber si existe otra ruta de evacuación alterna.

¿Existe una circulación segura y accesible? (ruta de evacuación)

Las salidas deben estar marcadas por signos táctiles que se encuentran adecuadamente para que puedan ser encontrados fácilmente por una persona con una discapacidad visual desde cualquier dirección de aproximación de acceso a la salida.

La ruta de evacuación está indicada eficientemente con señalización braille y pavimento táctil.

Los requisitos incluyen pero no se limitan al tipo, tamaño, espaciado y el color de las letras para los caracteres visuales y el tipo, tamaño, ubicación, altura de los caracteres, ancho de trazo, y el interlineado de letras táctiles o caracteres Braille.

La señalización cumple con el triple criterio de elementos que la conforman: Macro tipos, pictogramas y braille y el triple contraste cromático: figura-fondo-superficie de adosamiento.

Los planos simples del edificio que indican la ubicación de las rutas de recorrido deberán estar disponibles en formatos adecuados a este tipo de discapacidad (alto relieve). Estos planos se deben dar a los visitantes con discapacidad visual al entrar en el edificio para que puedan encontrar las salidas en caso de emergencia.

El personal de seguridad del edificio y personal a los accesos, deben estar capacitados en todos los sistemas de evacuación de edificios accesibles y ser capaces de dirigir a la salida más cercana.

El personal de seguridad y asistencia conoce las necesidades de las personas con discapacidad visual en función de los sistemas de evacuación y protocolos de protección civil.

Todo el Personal integrado en las brigadas de protección civil de un inmueble, deben conocer los protocolos contenidos en el presente Procedimiento General para la inclusión de las PcD en una situación de emergencia o desastre.

Apoyos complementarios

Las señales direccionales táctiles que indican la ubicación de la trayectoria de circulación deben ser provistas en todos los caminos para el tránsito y la posible evacuación del inmueble.

Una nueva tecnología en seguridad contra incendios genéricamente llamada “sonido direccional” está siendo integrada en los inmuebles, están diseñadas para notificar a las personas, pero no necesariamente para guiarlos, es una señal audible, que lleva a las personas con seguridad de una manera que las alarmas convencionales no pueden. Los distintos tonos e intensidades procedentes de dispositivos de sonidos direccionales, ofrecen señales fáciles de discernir para encontrar el camino de salida. Tan pronto como las PcD escuchan los dispositivos, de forma intuitiva las siguen, para salir rápidamente.

No todas las personas con discapacidad visual son capaces de transitar por una ruta de evacuación. Es importante verificar que una persona con una discapacidad visual pueda transitar sin ayuda a través del acceso a la salida. Si él o ella no pueden, entonces el plan de evacuación de emergencia personal de esa persona, debe incluir un método para proporcionar la asistencia apropiada y permanente de los Grupos de Apoyo Especial (GAE).

Generalmente sólo una persona del GAE es necesaria para ayudar a una PcD visual. Sin embargo, un plan práctico requiere identificar al menos dos, pues una persona en particular puede no estar disponible debido a una enfermedad, vacaciones o alguna otra situación. La identificación de varias personas responsables del apoyo a las PcD, es recomendable.

ANIMALES DE SERVICIO

Los animales de servicio ayudan a las personas con discapacidad en sus actividades día a día, la mayoría de la gente está familiarizada con los perros guía entrenados para ayudar a personas con deficiencias visuales. Los animales de servicio pueden ser entrenados para una variedad de tareas, incluyendo alertar a una persona a los sonidos en el hogar y el lugar de trabajo, tirando de una silla de ruedas, recoger objetos.

Internacionalmente se define a un animal de servicio "como cualquier perro guía, perro de señal u otro animal entrenado individualmente, para proporcionar asistencia a una persona con una discapacidad", se les permite permanecer en los establecimientos comerciales que atienden al público, incluidos los refugios, hospitales y vehículos de emergencia, en las instalaciones del gobierno, y en el lugar de trabajo, es importante que las PcD orienten a los GAE del trato a los animales de servicio, considerando:

Las PcD deberán de tener siempre su licencia a la mano y la identificación de los animales de servicio en su Kit de emergencias con su registro de vacunas, medicamentos, información veterinaria, los teléfonos y domicilio de la persona GAE de apoyo a la PcD.

Tener cantidades adicionales de comida especial para los perros, bolsas de aseo, agua y envases para alimento. Tener un arnés y una correa adicional para los animales de apoyo en el Kit de emergencia.

Es posible que los animales de servicio se pongan nerviosos o estén heridos y no puedan realizar sus funciones después de la emergencia o sismo. Sus patas podrían estar heridas por vidrios rotos y escombros en el suelo, considerar en estos casos las PcD un juego adicional de bastones extra.

Las personas del GAE deberán estar pendientes de las PcD y los animales en servicio en los planes de emergencia ante un desastre, deberán considerar los apoyos de albergue, resguardo, medicamentos y alimentación de los animales de ayuda, así como los servicios especiales que requiere al asistir en los refugios temporales de personas damnificadas.

Una persona con un animal de servicio, debe transmitir al personal de manejo de emergencias de sus preferencias específicas, en cuanto al tratamiento del animal, indicaciones que deberán integrarse en el plan de evacuación y ser compartidos con los GAE.

Las personas con animales de servicio, deben buscar la mejor manera de contar con la asistencia, tomando en cuenta los casos en que el animal pueda volverse indeciso o desorientado durante la situación de emergencia. Debe tomarse en cuenta en los simulacros de modo que todos, incluso los animales de servicio, se sientan cómodos al integrarse al plan de evacuación

Ayuda de los Grupos de Apoyo Especial (GAE)

Los **Grupos de Apoyo Especial (GAE),** son las personas responsables del apoyo a las PcD, al momento de escuchar un alertamiento que indique una emergencia, la persona se dirigirá a la PcD, proveyéndole de toda la información y el procedimiento a efectuar y lo asistirá en todo momento considerando los 5 pasos a seguir:

Informar a la (s) PcD de su responsabilidad, qué tipo de emergencia se presenta y cómo la pueden ayudar.

Explicar a la (s) PcD el procedimiento de cómo trasladarse a una zona de menor riesgo interna y comentar cuál es la ruta más conveniente.

Acompañar a la (s) PcD y/o ayudarla (bastón, animal guía) a trasladarse a la zona de menor riesgo interna.

Proteger a la (s) PcD permaneciendo en el lugar y protegerse hasta que las condiciones permitan realizar una evacuación al exterior del inmueble.

Cuidar a los animales guías que sirvan de apoyo a la PcD, así como los aparatos de soporte (bastón) que serán indispensables en una evacuación general del inmueble.

Las personas con problemas de visión, son capaces de subir y bajar escaleras con el apoyo de personas, pero pueden tener dificultades para ubicar las cerraduras, picaportes y otros dispositivos, de preferencia en una emergencia deben apoyarse con los GAE.

Es importante recordar que no todas las personas en un edificio están familiarizadas con todos los procesos encaminados a una emergencia, es conveniente que todas las personas conozcan los procedimientos de este documento en relación con las PcD Visual.

¿Cuántas personas son necesarias para proporcionar asistencia?

Una persona

En función, y las características de cada emergencia, es conveniente que siempre esté presente una persona del Grupo de Asistencia Especial (GAE), que permita apoyar directamente a la PcD en toda la etapa de la emergencia. Es importante que la persona responsable de la atención de las PcD, entrene a un compañero sustituto, para que en el caso de que la persona responsable no esté al momento de presentarse la emergencia, el sustituto asuma la responsabilidad.

Varias personas

En función, y las características de cada emergencia, es conveniente que siempre esté presente una persona del Grupo de Asistencia Especial (GAE), que permita apoyar directamente a la PcD en toda la etapa de la emergencia.

Es importante que la persona responsable de la atención de las PcD, entrene a un compañero sustituto, para que en el caso de que la persona responsable no esté al momento de presentarse la emergencia, el sustituto asuma la responsabilidad.

DISCAPACIDAD AUDITIVA

Características

Es importante mencionar en primer lugar que cuando se habla de pérdida auditiva, se hace referencia a tres grupos diferentes: sordos señantes (personas que se identifican y pertenecen a una comunidad en la que comparten la misma cultura y lengua), sordos hablantes (son aquellas personas que tienen como lengua materna o de adquisición natural el español, y que por un hecho fortuito pierden la audición, pero que su interacción social y de aprendizajes están basadas en el español, estas no tienen la lengua de señas como lengua materna) y sordos semilingües (personas que no tienen consolidada ninguna lengua, ni español ni lengua de señas).

También es importante decir que no todas las personas sordas (señantes y semilingües) tienen el español consolidado como medio de interacción con las personas oyentes, debido al rezago educativo que se tiene en estos grupos de personas, ante una situación de emergencia o desastre estos dos grupos no podrían comunicarse a través de la lectura de labios, para ellos el proceso natural de significado-significante no es por la lengua oral (español).

Las personas con discapacidad auditiva o audición parcial (hipoacúsico), a menudo utilizan una combinación de lectura y audición de asistencia para el habla, que se caracterizan por sonidos especiales, reverberación y extraños ruidos de fondo, que pueden distorsionar o bien obstruir tanto la transmisión, como la recepción de la ayuda. Algunas personas con limitaciones en la audición, confían en la lectura de labios para la información.

Recomendaciones para el trato adecuado de una Persona con Discapacidad Auditiva (PcD)

Al comunicarse

Cuando se dirige a una Persona con Discapacidad auditiva o sorda, si no está prestando atención, tocarla levemente de su hombro y establecer contacto visual. • Mantener la boca libre de obstáculos en la comunicación. Cuando una persona sorda esté acompañada de un intérprete de LSM y/o un acompañante, dirigirse a la PcD.

Hablar directamente con la PcD Auditiva o sorda, no al lado o atrás de ella, es decir, hablarles de frente y en entornos bien iluminados, vocalizando claramente y a ritmo medio, hacer que la boca de la persona de apoyo sea visible, no taparse la boca, esto imposibilita la lectura de los labios (cuando sea el caso).

Es conveniente que los miembros de los Grupos de Apoyo Especial (GAE), conozcan la Lengua de Señas Mexicana (LSM) y/o se coordinen con los intérpretes que formen parte de los GAE. Al conversar con una PcD, se debe ser expresivo, ya que no pueden oír los cambios de tono de voz que indican sentimientos,

alegría, tristeza, los movimientos y expresiones faciales, los gestos de los GAE serán excelentes indicadores de lo que se quiere decir.

Instruya a las compañeras y compañeros sobre los procedimientos considerados en este documento para alertar a la Persona con Discapacidad auditiva en caso de emergencia. Acuerde con la PcD las señas requeridas para comunicarle los distintos tipos de emergencias. Puede utilizar tarjetas con imágenes. Usar con naturalidad palabras como: "sordo" o "persona sorda". Sugiera a la PcD que mantenga disponible una linterna, así, en caso de suspensión de energía eléctrica podrá contar con iluminación para el rostro de quien comunica.

En la emergencia

Centre su atención en la persona, no en quien hace de intérprete en ese momento.

Establezca contacto visual con la PcD, aún estando presente un intérprete.

Hable con tranquilidad y vocalice adecuadamente. Es conveniente utilizar un ritmo sereno.

Permita que sus palabras sean leídas y entendidas por el sordo hablante, ya que a través de lo que diga por conducto del movimiento de sus labios o sus expresiones corporales, que generalmente, será interpretado por la PcD.

Debemos usar frases cortas y sencillas, esto ayudará a una mejor lectura labial de la persona con limitaciones auditivas.

Tener más de un método para recibir alertas e información de desalojo, considerar respuestas para dispositivos para escuchar o comunicarse, tenga baterías y artículos extra en el equipo de emergencias, o bien acuerde el prender y apagar el interruptor de las luces como señal para llamar la atención de la persona.

Los miembros de los GAE deberán portar siempre una libreta con mensajes visuales prediseñados que orienten las acciones para seguir durante la emergencia.

Los miembros de los GAE deberán portar siempre papel y bolígrafo en su Kit de emergencias para recibir información y comunicarse.

Para comunicar expresiones básicas como "peligro", "tranquilo", "calmado", "urgente – salir", es pertinente que quienes estén cerca de las PcD, aprendan dichas expresiones básicas en Lengua de Señas Mexicana, para lograr una comunicación efectiva.

Proporcione a la PcD una linterna y un silbato para señalar su posición en la emergencia, que se apartó del grupo, del equipo de rescate o del compañero, para identificar su ubicación.

No gritar, lo único que conseguiremos será poner nerviosa a la PcD con la expresión de nuestra cara. Debemos irnos asegurando de que va comprendiendo lo que le decimos.

Hay que vocalizar correctamente, pero sin exagerar y sin hacer muecas, verificar los comunicados, preferentemente con la señal universal "OK" (TODO BIEN) que será utilizable para reafirmar una pregunta o respuesta con la mano.

En caso de no podernos entender recurrir a la escritura en el caso de los sordos hablantes. Nunca hacerles creer a las PcD, que le hemos comprendido si no es cierto.

Si vemos que la PcD usa audífono, eso no significa que su audición sea clara, por lo que mantendremos todas estas recomendaciones antes mencionadas. En el caso de sordos hablantes comunicación por medio de la lectura y en el caso de los sordos señantes comunicación con la LSM o mensajes visuales prediseñados. El audífono es una ayuda para los casos en los que la limitación lo permite, aunque es importante mencionar que no proporciona una audición completa. El audífono requiere de un tiempo de adaptación y rehabilitación auditiva a veces largo, y desconocemos cuál es el estado de esa persona

Sistema de alertamiento

Las personas con discapacidad auditiva, no pueden oír las alarmas y los avisos de voz que advierten del peligro y la necesidad de evacuar, pero sí pueden identificar luces estroboscópicas (dispositivos visuales) como parte del sistema de alarma. Los métodos alternativos de comunicación, deben ser puestos en los planos de evacuación de emergencia para las personas con discapacidad auditiva para que puedan obtener toda la información que necesitan para evacuar en forma oportuna. En situaciones de emergencia, los dispositivos visuales pueden parpadear para llamar la atención y proporcionar información sobre el tipo de situación. Algunos dispositivos de notificación personal pueden ser activados en un sin fin de emergencias (en un número de maneras), incluyendo el tener sistema de alarma de un edificio, transmitir señal de alerta en tiempo real a los equipos de cómputo. La información puede visualizarse en una variedad de formas y salidas. Las comunicaciones por correo electrónico y teléfono y otros métodos alternativos de comunicación para personas con discapacidad auditiva son posibles medios de alertamiento en el futuro para este tipo de discapacidad.

Durante la evacuación

Recuerde que en caso de emergencia, no debe utilizar los ascensores.

Establezca contacto visual con la PcD.

Expresarse frente a ellos de manera lenta, clara y sencilla, articulando bien y despacio las palabras para que, de ser el caso, tengan oportunidad de leer los labios de sus Grupos de Apoyo Especial, utilizar gestos y señales comunes con la mano ¿todo bien?, sí, no.

En el caso de los sordos hablantes, no podrán gritar si quedan atrapados ya que no escucharán los llamados de los brigadistas porque quizá perdieron sus apoyos auditivos y/o son sordos señantes, por lo que se debe acordar con suma antelación señales luminosas para auxilio, una señal larga con pausas de 2 segundos significa: estamos buscando.

Una señal doble con intervalos de 3 segundos significa: estamos ayudando, es conveniente que los GAE intervengan de inmediato, ya que ellos tendrán conocimientos de Lengua de Señas Mexicana en el caso de los sordos señantes.

Los dispositivos de alarmas por humo deben tener sonido y luces estroboscópicas, que alertan a las personas sordas.

De ser necesario utilice tarjetas con imágenes para comunicar la emergencia y la necesidad de la evacuación.

En caso de evacuación, procure contar con una lámpara o una luz portátil para señalar dónde está y facilitar la lectura de los labios en la oscuridad para los sordos hablantes.

¿Existe una circulación segura y accesible? (ruta de evacuación)

Deberán de entregarse a las PcD auditiva, planos simples del edificio que indican la ubicación de las zonas de menor riesgo, rutas de evacuación, identificación y ubicación de los Grupos de Apoyo Especial (GAE). El personal de seguridad del edificio, incluidas las personas responsables de los accesos, deben estar capacitados en todos los sistemas de evacuación y ser capaces de dirigir a las Personas con Discapacidad al exterior del inmueble. Una vez notificadas las PcD, pueden ser autosuficientes y seguir las indicaciones para iniciar un proceso de autoprotección en una emergencia sin la necesidad de apoyo de los GAE

Ayuda de los Grupos de Apoyo Especial (GAE)

Los Grupos de Apoyo Especial (GAE), son las personas responsables del apoyo a las PcD, al momento de escuchar un alertamiento que indique una emergencia. La persona se dirigirá a la PcD proveyéndole de toda la información y el procedimiento a efectuar, y lo asistirá en todo momento considerando los 5 pasos a seguir:

Informar a la (s) PcD de su responsabilidad, qué tipo de emergencia se presenta y cómo lo pueden ayudar.

Explicar a la (s) PcD el procedimiento de cómo trasladarse a una zona de menor riesgo interna y comentar, cuál es la ruta más conveniente.

Acompañar a la (s) PcD y/o ayudarlo con la asistencia de un intérprete de Lengua de Señas Mexicana (LSM) o una persona con conocimiento de ella, para trasladarse a una zona de menor riesgo.

Proteger a la (s) PcD permaneciendo en el lugar y protegerse hasta que las condiciones permitan realizar una evacuación al exterior del inmueble. Cuidar a la (s) PcD en una evacuación general del inmueble. La Mayoría de las personas con limitaciones para oír (sordos hablantes), aún usando aparato auditivo, puede leer y seguir las indicaciones especiales, rutas de evacuación y señalización, sin embargo, algunos pueden necesitar asistencia de los Grupos de Apoyo Especial (GAE). Las personas con limitaciones auditivas, son capaces de subir y bajar escaleras con o sin el apoyo de personas, de preferencia en una emergencia debe de contactarse con los GAE. Es importante recordar que no todas las personas en un edificio están familiarizadas con todos los procesos, es importante que toda la comunidad conozca de los procedimientos para apoyar a las PcD. Considerar que pueden perder el equilibrio con facilidad, por lo que en movilizaciones masivas es un tema por considerar para los GAE.

¿Cuántas personas se necesitan para brindar asistencia?

Una persona

En función, y las características de cada emergencia, es conveniente que siempre esté presente una persona del Grupo de Apoyo Especial (GAE), que permita apoyar directamente a la PcD en toda la etapa de la emergencia. Es importante, que en el caso, de que la persona responsable de la atención de la Persona con Discapacidad, deba de entrenar a otro compañero sustituto, para que en el caso de que la persona responsable no esté al momento de presentarse la emergencia, el sustituto asuma la responsabilidad

Varias personas

Es importante considerar que el apoyo adicional o complementario para ayudar a una Persona con Discapacidad, debe ser con el auxilio de los GAE, siempre será mejor tener suficiente personal para apoyar a las personas con discapacidad y no estar en el dilema de estar buscando al momento de la emergencia personas de apoyo que en su momento serán solidarias, sin embargo no tienen los conocimientos respecto al trato adecuado a una Persona con Discapacidad Auditiva. Es importante que en todos los programas encaminados a la seguridad y protección de las personas con discapacidad, se contemple que siempre debe existir personal adicional entrenado para enfrentarse a una situación de emergencia, es fundamental tener el conocimiento sobre trato adecuado a una Persona con Discapacidad Auditiva.

DISCAPACIDAD INTELECTUAL

Características

Las personas que presentan esta discapacidad, se caracterizan por presentar limitaciones en el funcionamiento intelectual: razonamiento, solución de problemas, pensamiento abstracto, comprensión de ideas complejas, aprender con rapidez y aprender de la experiencia. Se caracteriza por limitaciones significativas tanto en el funcionamiento intelectual (razonamiento, planificación, solución de problemas, pensamiento abstracto, comprensión de ideas complejas, aprender con rapidez y aprender de la experiencia) como en conductas adaptativas (conceptuales, sociales y prácticas), que se han aprendido y se practican por las personas en su vida cotidiana. Restringiendo la participación comunitaria y en estrecha relación con las condiciones de los diferentes contextos en que se desenvuelve la persona.

Esta discapacidad aparece antes de los 18 años y su diagnóstico, pronóstico e intervención son diferentes a los que se realizan para la discapacidad mental (psicosocial). Podría presentarse dificultad para realizar una o varias de las actividades de la vida cotidiana. Podría interferir con el rendimiento académico y con actividades como entender instrucciones, sumar o contar objetos o dinero, escribir recados y números telefónicos, entre otras. Algunas personas con discapacidad intelectual podrían depender o necesitar de la ayuda de otras personas en diferentes grados para cumplir su potencial y participar en la sociedad.

Recomendaciones para el trato adecuado de una Persona con Discapacidad Intelectual

Al comunicarse

Debemos hablar de manera natural y sencilla, respondiendo a sus preguntas y verificando que nos ha comprendido, preguntándole: "entonces ¿qué vas a hacer?", "a dónde vas a llevar esto", etc., no es suficiente preguntar "¿entendiste? Usar lenguaje simple, claro y frases cortas al dar indicaciones. Los tiempos de las PcD intelectual son distintos y hay que aprender a respetarlos, siempre hay que preguntarles lo que desean. Tratarlos con la edad cronológica que representan, no hablarles de forma infantil, ni referirnos a ellos/ellas como niños. Debemos facilitar que se relacione con el resto de las personas. Háblele directamente a la PcD, no se dirija solamente al acompañante (de ser el caso que cuenta con uno).

En la Emergencia

Es importante primero garantizar la tranquilidad de la persona, debemos explicarle lo que tiene qué hacer de modo tranquilo. Las Personas con Discapacidad Intelectual, pueden mostrar dificultad en reconocer y responder ante una emergencia, si no están debidamente informadas. Tal vez tengan dificultad en responder a instrucciones que involucren más de un número de acciones y pueden confundirse. Recurrir en caso de ser necesario al apoyo de imágenes para explicar los pasos a seguir. Utilice un lenguaje simple y concreto. Las instrucciones o información deben dividirse en pasos sencillos, verificar que comprendieron cada uno. Ofrezca ejemplos o sinónimos que faciliten llegar a algunos conceptos que usted quiere explicarle. En algunos casos se deben de usar señales y/o símbolos para comunicarse con ellos, por lo cual los miembros de los GAE deben estar preparados. La PcD a través de los GAE deberán incluir materiales de comunicación en su Kit que cualquier persona sepa cómo usar, si la PcD carece de lenguaje convencional, incluir fotos, láminas o frases cortas. No le hable en tono condescendiente. Debemos hablar de manera natural y sencilla, respondiendo a sus preguntas y verificando que nos ha comprendido. Evitemos situaciones violentas o que puedan generar intimidación. También evite situaciones de estrés o urgencia. Evite calificaciones, juicios y nombrarle de forma discriminatoria, por ejemplo "mongolito", "retrasado", entre otras. Un cambio en el entorno requiere una atención y periodo de adaptación específicos. Acompañarles durante la emergencia tanto como sea posible, dado que su sentido de orientación puede ser limitado. Si se utilizan dispositivos de comunicación portátil, incluir baterías adicionales.

Sistema de alertamiento

Las personas con limitaciones intelectuales pueden oír alarmas estándar y notificaciones de voz y ver indicadores visuales que advierten del peligro y la necesidad de evacuar. Sin embargo, la capacidad de una persona con una discapacidad intelectual para reconocer y comprender una alarma de incendio u otros sistemas de notificación de emergencia, es lento, en algunas ocasiones podría requerir de informar al cuidador de este, sea un familiar o acompañante de la PcD a través de los Grupos de Apoyo Especial (GAE).

Durante la evacuación

Recuerde que en caso de emergencia no debe utilizar los ascensores. Explique lo que está pasando y lo que van a hacer (evacuar hacia un lugar seguro), si está acompañado, informar al acompañante. Procure siempre mantenerse físicamente cerca de la persona. Usualmente estas personas caminan despacio y con dificultad, de modo que procure que mantenga una caminata rápida sin necesidad de empujarle.

Brinde instrucciones cortas y sencillas. Procure que no sean más de dos instrucciones simultáneamente.

Comunique a la PcD intelectual los tiempos de permanencia en una zona de menor riesgo al interior del inmueble y si es el caso, informar con anticipación que se dará inicio a una evacuación para ubicarlo en una zona de menor riesgo externa

¿Existe una zona de menor riesgo al interior del inmueble?

Utilizar cualquier medio Una vez y debidamente notificada la PcD Intelectual de una alarma o instrucciones especiales, pueden de evacuación estándar de una ruta que les permita ubicarse en una zona de menor riesgo al interior o exterior de un inmueble

¿Existe una circulación segura y accesible? (ruta de evacuación)

Deberán indicarse con mucha claridad con imágenes o colores, la ubicación de las zonas de menor riesgo, rutas de evacuación, identificación y ubicación de los Grupos de Apoyo Especial (GAE), a la PcD Intelectual.

Ayuda de los Grupos de Apoyo Especial (GAE

Los Grupos de Apoyo Especial (GAE), son las personas responsables del apoyo a las PcD, al momento de escuchar un alertamiento que indique una emergencia, la persona se dirigirá a la PcD proveyéndole de toda la información y el procedimiento a efectuar, lo asistirá en todo momento considerando los 4 pasos a seguir:

Informar a la (s) PcD de su responsabilidad, qué tipo de emergencia se presenta y cómo lo pueden ayudar.

Explicar a la (s) PcD el procedimiento de cómo trasladarse a una zona de menor riesgo interna y comentar cuál es la ruta más conveniente.

Acompañar a la (s) PcD y/o ayudarlo con la asistencia de su acompañante (de ser el caso), para trasladarse a una zona de menor riesgo.

Proteger a la (s) PcD permaneciendo en el lugar y protegerlo hasta la evacuación.

Cuidar a la (s) PcD en una evacuación general del inmueble.

¿Cuántas personas son necesarias para proporcionar asistencia?

Una persona

La o las personas de apoyo designadas, deben presentarse a las personas con discapacidad, explicando que ella o ellas serán su apoyo. En función, y las características de cada emergencia, es conveniente que siempre esté presente una persona del Grupo de Asistencia Especial (GAE), que permita apoyar directamente a la PcD en toda la etapa de la emergencia. Es importante, que en el caso, de que la persona responsable de la atención de la Persona con Discapacidad, deba entrenar a otro compañero sustituto, para que en el caso de que la persona responsable no esté al momento de presentarse la emergencia, el sustituto asuma la responsabilidad.

Varias personas

Es importante considerar que el apoyo adicional o complementario para ayudar a una Persona con Discapacidad, debe ser con el auxilio de los GAE, siempre será mejor tener suficiente personal para apoyar a las personas con discapacidad y no estar en el dilema de estar buscando al momento de la emergencia personas de apoyo que en su momento serán solidarias, sin embargo no tienen los conocimientos para apoyar, auxiliar a una Persona con Discapacidad Intelectual. Es importante que en todos los programas encaminados a la seguridad y protección de las personas con discapacidad, se contemple que siempre debe existir personal adicional entrenado para enfrentarse a una situación de emergencia, es fundamental tener el conocimiento sobre qué hacer, cómo actuar y conocer los criterios básicos para el trato adecuado a las Personas con Discapacidad

DISCAPACIDAD MENTAL

Características

Las Personas con Discapacidad Mental (PcD) pueden presentar limitaciones en la conducta y el comportamiento, así como deficiencias en el sistema neuronal, que aunado a una sucesión de hechos que la persona no puede manejar, podrían detonar una situación alterada de la realidad, afectando la funcionalidad y su comportamiento, lo que puede interferir con su capacidad de sentir, pensar o relacionarse con los demás.

Derivado del modelo social que incorpora el enfoque de derechos humanos al enfoque médico, recientemente ha surgido el término discapacidad psicosocial, que se define como restricción causada por el entorno social, centrada en una deficiencia temporal o permanente, relacionada entre otras cosas con la posible falta de un diagnóstico oportuno y tratamiento adecuado, relacionado con las siguientes limitaciones en la funcionalidad mental: depresión mayor, trastorno bipolar, trastorno límite de la personalidad, trastorno obsesivo-compulsivo, trastorno de ansiedad, trastornos generalizados de pánico con estrés post-traumático, esquizofrenia entre otros. En este tipo de discapacidad, la persona puede tener una interpretación y respuesta inadecuada a acontecimientos externos. Por ejemplo, si una persona sufre delirio de persecución o paranoia, su respuesta inadecuada podría ser de agitación, inquietud, alboroto, cólera o huida. Las personas con discapacidad mental (psicosocial), también pueden experimentar confusión en la capacidad para identificar debidamente objetos, personas o las dimensiones de tiempo y espacio. Las Personas con Discapacidad Mental (PcD) pueden presentar limitaciones en la conducta y el comportamiento, así como deficiencias en el sistema neuronal, que aunado a una sucesión de hechos que la persona no puede manejar, podrían detonar una situación alterada de la realidad, afectando la funcionalidad y su comportamiento, lo que puede interferir con su capacidad de sentir, pensar o relacionarse con los demás.

Recomendaciones para el trato adecuado de una persona con DcP mental

Al comunicarse

Siempre pregunte antes de ayudar; respete su espacio personal.

No tocar a la persona, ni verla directamente a los ojos.

Nunca hablar en tono alto, mantenga un timbre de voz tranquilo.

Trate de reducir al mínimo la presión de las situaciones. El estrés puede afectar la capacidad de esempeño de la persona.

Sea paciente, una Persona con Discapacidad Mental (psicosocial), puede realizar comentarios inapropiados y no comprender códigos sociales ni darse cuenta de que ha ofendido a alguien.

Háblele directamente a la PcD, no se dirija al acompañante (de ser el caso que cuenta con uno).

En una crisis, permanezca tranquilo y brinde su apoyo como lo haría con cualquier persona.

En la Emergencia

No se debe utilizar los ascensores.

Explique lo que está pasando y lo que van a hacer (evacuar hacia un lugar seguro). Asegúrese que si toma medicamentos los lleve con él o ella.

Las personas con discapacidad mental (psicosocial), pueden estresarse, bloquearse pánico colectivo. Si la PcD se encuentra agitada o descompensada, podría requerir medicamentos y cuidados especiales, por lo que debe trasladarla de inmediato a un centro de salud. Si es el caso que la persona con discapacidad mental (psicosocial), está acompañada de un cuidador (familiar, persona cercana, profesional), no las ignore para dirigirse solo a su acompañante. Brinde instrucciones cortas y sencillas, tanto a la PcD como a su acompañante. Debemos ayudarle a la persona con discapacidad mental (psicosocial), en los casos en que sea necesario, en otros casos, se podrá desenvolver por sí mismo en las actividades. Busque soluciones concretas y reales a la situación que le plantea, no dilate la respuesta a sus necesidades. No le hable en tono condescendiente. Las PcD a través de los Grupos de Apoyo Especial (GAE) deberán incluir materiales de comunicación en su Kit que cualquier persona sepa cómo usar, si la PcD atraviesa por un episodio de perturbación o descompensación, incluir fotos, láminas o frases cortas para comunicarse con ella.Si se utilizan dispositivos de comunicación portátil, incluir baterías adicionales.

Sistemas de alertamiento

Las personas con limitaciones mentales o psicosociales pueden oír alarmas estándar y notificaciones de voz y ver indicadores visuales que advierten del peligro y la necesidad de evacuar. Sin embargo, la capacidad de una persona con una discapacidad mental para enfrentar una situación traumática, puede ser delicada. Trate de notificar de modo sereno y con precisión a través de los GAE.

Durante la evacuación

No se debe utilizar los ascensores. Explique lo que está pasando y lo que van a hacer (evacuar hacia un lugar seguro). Brinde instrucciones cortas y sencillas. Comunique a la PcD los tiempos de permanencia en una zona de menor riesgo al interior del inmueble y si es el caso, informar con anticipación que se dará inicio a una evacuación para ubicarlo en una zona de menor riesgo externa.

¿Existe una zona de menor riesgo al interior del inmueble?

Una vez y debidamente notificada la PcD Mental de una alarma o instrucciones especiales, pueden utilizar cualquier medio estándar de evacuación que les permita ubicarse en una zona de menor riesgo al interior o exterior de un inmueble. Sin embargo, por existir la posibilidad de presentarse un episodio de confusión provocado por el estrés asociado a la situación de emergencia, se recomienda (de ser necesario), acompañar a la PcD Mental a la zona de menor riesgo.

¿Existe una circulación segura y accesible? (ruta de evacuación)

Deberán indicarse la ubicación de las zonas de menor riesgo, rutas de evacuación, identificación y ubicación de los Grupos de Apoyo Especial (GAE), a la PcD Mental.

El personal de seguridad del edificio, incluidas las personas responsables de los accesos, deben estar capacitados en todos los sistemas de evacuación y ser capaces de dirigir a las Personas con Discapacidad al exterior del inmueble. Una vez notificadas las PcD, en algunos casos pueden ser autosuficientes y seguir las indicaciones para iniciar un proceso de autoprotección en una emergencia, en otros, requerirá el apoyo de los GAE.

Ayuda de los Grupos de Apoyo Especial (GAE)

Al momento de escuchar un alertamiento que indique una emergencia, la persona se dirigirá a la PcD proveyéndole de toda la información y el procedimiento a efectuar, lo asistirá en todo momento considerando los 5 pasos a seguir:

Informar a la (s) PcD de su responsabilidad, que tipo de emergencia se presenta y cómo lo pueden ayudar.

Explicar a la (s) PcD el procedimiento de cómo trasladarse a una zona de menor riesgo interna y comentar cuál es la ruta más conveniente.

Acompañar a la (s) PcD (en caso de así requerirlo), para trasladarse a una zona de menor riesgo.

Proteger a la (s) PcD permaneciendo en el lugar y protegerse hasta que las condiciones permitan realizar una evacuación al exterior del inmueble.

Cuidar a la (s) PcD en una evacuación general del inmueble.

¿Cuántas personas son necesarias para proporcionar asistencia?

Una persona

En función, y las características de cada emergencia, es conveniente que siempre esté presente una persona del Grupo de Apoyo Especial (GAE), que permita apoyar directamente a la PcD en toda la etapa de la emergencia. Es importante que la persona responsable de la evacuación de las Personas con Discapacidad entrene a otro compañero sustituto, para que en el caso de que no esté al momento de presentarse la emergencia, el sustituto asuma la responsabilidad del Grupo.

Varias personas

Es importante considerar que el apoyo adicional o complementario para ayudar a una Persona con Discapacidad, debe ser con el auxilio de los GAE, siempre será mejor tener suficiente personal para apoyar a las personas con discapacidad y no estar el dilema de estar buscando al momento de la emergencia personas de apoyo que en su momento serán solidarias, sin embargo no tienen los conocimientos para el trato adecuado hacia una Persona con Discapacidad Mental. Es importante que en todos los programas encaminados a la seguridad y protección de las personas con discapacidad, se contemple que siempre debe existir personal adicional entrenado para enfrentarse a una situación de emergencia. Es fundamental tener el conocimiento sobre qué hacer, cómo actuar y cuál es el trato adecuado a las PcD Mental.

DISCAPACIDAD MÚLTIPLE

¿Qué hacer cuando una persona presenta más de una limitación funcional?

Cuando una persona presente al mismo tiempo más de una limitación funcional o discapacidad: física, sensorial (visual y auditiva), intelectual y/o mental, considere lo siguiente:

Recuerde que en caso de emergencia no debe utilizar los ascensores.

Explique lo que está pasando y lo que van a hacer (evacuar hacia un lugar seguro).

Háblele directamente a la PcD, no se dirija al acompañante (de ser el caso que cuenta con uno).

Asegúrese que si toma medicamentos los lleve con él o ella.

Las Personas con Discapacidad Múltiple, pueden presentar una combinación de las características mencionadas por tipo de discapacidad en este Procedimiento General, por lo que los brigadistas deben ser pacientes para comunicarse con estas personas.

Aplique las recomendaciones indicadas según los tipos de discapacidad que la persona presenta en caso de requerirse la evacuación del inmueble.

Agote sus esfuerzos en la búsqueda de medios de comunicación, entre ellos el lenguaje oral, gráfico, mensajes de texto telefónico u otros.

Busque las estrategias y oportunidades de acercamiento e interacción de forma natural, así como de distintos espacios de inclusión.

Solicite apoyo, en caso de ser necesario, ya que estas personas podrían necesitar de ayuda física para transportarlos.

En el caso de que las PcD utilicen sillas de ruedas o algún apoyo técnico, estos serán utilizados bajo las recomendaciones descritas para cada tipo de discapacidad consideradas en este documento: física, sensorial (visual y auditiva), intelectual y/o mental.

Estas personas pueden presentar sordo-ceguera, personas con discapacidad intelectual y física, entre otras. Este tipo de situaciones se pueden presentar cuando existe una avanzada limitación funcional por

una causa en particular, que propició la situación de discapacidad, así como la posible falta de algún tipo de atención en rehabilitación.

En la emergencia

El procedimiento de evacuación para las personas que presentan más de una discapacidad sigue un proceso similar al de las evacuaciones que se realizan para las diversas limitaciones funcionales mencionadas en este Procedimiento General.

En caso de que las alteraciones de las PcD para evacuar no puedan realizarse de manera generalizada, por presentar mareos, náuseas, dificultad para respirar, opresión en la garganta, o dificultad para concentrarse o bien requerir momentos de descanso durante la evacuación, analizar la posibilidad de utilizar sillas de ruedas o camillas para el transporte de las personas. Para cualquier caso que pueda presentarse asociado con personas que presentan más de una limitación funcional, se debe tomar en cuenta que quienes proporcionarán el apoyo son los Grupos de Apoyo Especial (GAE), que son las personas responsables de la seguridad de las PcD. Al momento de escuchar un alertamiento que indique una emergencia, la persona se dirigirá a la PcD proveyéndole de toda la información y el procedimiento a efectuar (de acuerdo con el tipo de discapacidad o discapacidades por considerar), lo asistirá en todo momento, tomando en cuenta los 5 pasos a seguir: Informar a la (s) PcD de su responsabilidad, qué tipo de emergencia se presenta y cómo lo pueden ayudar. Explicar a la (s) PcD el procedimiento de cómo trasladarse a una zona de menor riesgo interna y comentar cuál es la ruta más conveniente. Acompañar a la (s) PcD y/o ayudar con la asistencia a su acompañante (de ser el caso), para trasladarse a una zona de menor riesgo. Proteger a la (s) PcD permaneciendo en el lugar y protegerse hasta que las condiciones permitan realizar una evacuación al exterior del inmueble. Cuidar en su evacuación general del inmueble.