



Tipos de discapacidad

Discapacidad Sensorial:

Esta discapacidad se relaciona con la disminución de algún sentido específico, incluye las discapacidades:

Discapacidad auditiva:

Una persona con discapacidad auditiva es aquella que no puede escuchar determinados sonidos, sobre todo en las frecuencias del lenguaje, por ello la persona con discapacidad auditiva tiene como resultado generalmente, problemas de comunicación.

Con base en cuestionamientos audiológicos, la discapacidad auditiva es clasificada en función de ciertas características de la pérdida auditiva de la persona: tipo, grado, localización y origen de la lesión.

Se clasifica en dos grandes grupos:

- a. Hipoacusia.- es la disminución del nivel de audición por debajo de lo normal (0 a 20dB) es decir en un rango de 20 a 90 dB.
- b. Sordera: es la pérdida de la audición mayor de 90 dB fuera del rango del lenguaje verbal.

En México se estima que alrededor de 10 millones de personas tienen algún tipo o grado de problema auditivo (OMS), de los cuales entre 200,000 y 400,000 presentan sordera total. Así mismo, nacen entre 2,000 y 6,000 niños con sordera congénita cada año. (*Subsecretaría de Prevención y Promoción de la Salud 2012*)

Discapacidad Visual:

Desde un aspecto descriptivo, se puede mencionar que la discapacidad visual es la carencia o disminución de la visión. Dentro de este tipo existen diferentes categorías: ceguera total, ceguera legal, disminución o limitación visual y la baja visión parcial.

Discapacidad Motriz se dice que una persona presenta discapacidad física o motora cuando, a causa de un daño físico o neurológico, no logra o se le dificulta realizar actividades que requieran de algún tipo de movimiento o coordinación corporal.

Los ejemplos más comunes son parálisis cerebral, lesión medular y amputaciones de extremidades

Personas de talla baja

El término “persona de talla baja” hace referencia a los individuos que presentan algún tipo de displasia ósea debemos investigar más este término porque es un tipo de talla baja no es la causa. Que afecta el desarrollo longitudinal del sistema esquelético, de las cuales existen más de 200 condiciones de talla baja, cuyas causas en su mayor parte son desconocidas por la ciencia

Discapacidad Intelectual:

La discapacidad intelectual se caracteriza por limitaciones significativas en el funcionamiento intelectual y la conducta adaptativa tal como se ha manifestado en habilidades prácticas, sociales y conceptuales. Por ejemplo:

Síndrome de Down:

El Síndrome de Down es la causa más frecuente dentro del rango de la discapacidad intelectual, en donde un cromosoma extra del par 21 es responsable de las modificaciones genéticas que se producen.

Discapacidad Psicosocial:

Este tipo de discapacidad se refiere a los problemas de salud mental dentro del desarrollo humano del individuo, así como a las dificultades en el desenvolvimiento psicosocial, por ejemplo:

Discapacidad por Autismo: El autismo no es una enfermedad, es un síndrome (conjunto de síntomas) que se presenta por igual en todas las razas y grupos sociales, sin ninguna distinción. El diagnóstico se lleva a cabo cuando la persona presenta retos múltiples dentro de cuatro áreas específicas: comunicación, interacción social, juego y conducta.

Discapacidad Múltiple:

Las personas que presentan retos múltiples, son aquellos que tienen dos más discapacidades, y generalmente una de ellas es severa. Este tipo de discapacidad requiere apoyos permanentes en alguna de las áreas de: movilidad, comunicación, autocuidado, aprendizaje y conducta.



Trato a las personas con discapacidad¹

La regla básica: actuar con naturalidad

Procurar:

- Trato igualitario
- Confianza
- apertura
- Tolerancia

Trato a una persona con discapacidad motriz

Si la persona tiene dificultades para caminar:

- Centre su atención en la persona antes que en su discapacidad o déficit
- Llame a la PCD por su nombre. En caso de no saberlo, preguntárselo.
- Pídale que le explique en qué puede ayudarle y de qué forma.
- Háblele directamente, no evada la mirada. No se dirija al acompañante.
- No tome las muletas, bastones, brazos de la silla de ruedas u otros implementos que utilice la persona, solamente sujete lo que él o ella le indique.
- Procure que las ayudas técnicas estén muy cerca de él o ella (silla de ruedas, prótesis, bastones, muletas, etc.)
- En compañía de una persona que camina despacio y/o utiliza muletas, procurar ajustar nuestro paso al suyo.
- Evitar posibles empujones o un contacto físico mientras se está desplazando.

¹ Consulta marzo 2017, fuente: <http://bancadis.ibv.org/recomendaciones-de-adaptacion/aspectos-humanos-como-preparar-la-acogida-y-tratar-con-una->

- Pueden necesitar ayuda a la hora de levantar o transportar objetos, ya que las manos están ocupadas sosteniendo las muletas.
- Procurar que las muletas (u otras ayudas para caminar que utilice) estén siempre cerca de la persona.
- Si da la impresión de que la persona está en dificultades, hay que ofrecer ayuda y en caso de que sea aceptada, preguntar cómo debe hacerse. Las personas tienen sus técnicas personales para subir escaleras, por ejemplo, y, a veces, una ayuda inadecuada puede hasta entorpecer las cosas. Otras veces la ayuda es esencial. No ofenderse si la ayuda es rechazada.
- En el caso de que la persona se haya caído, hay que ofrecerle ayuda inmediatamente, pero nunca sin preguntar si es necesaria la ayuda y cómo debe hacerse.
- Si usa prótesis, no fijar su mirada en ellas, pero tampoco desviar la mirada si caen en el campo de visión.

Si la persona es usuaria de silla de ruedas

- Al conversar con la persona con discapacidad, procure ponerse a la altura de sus ojos, siéntese o inclínese. (a ser posible sentados).
- Si desconocemos el manejo de la silla de ruedas, preguntar al usuario cómo ayudarle.
- Dirigirse a la persona en silla de ruedas y no a su acompañante.
- Recordar siempre que hay que preguntar si la persona necesita ayuda, antes de brindarla. Puede no ser necesaria o querida.
- No colgar cosas o apoyarse sobre una silla de ruedas ya que ella es parte del espacio corporal de la persona.
- No empujar la silla sin decírselo al usuario.
- No levantar la silla por el apoyo brazos.
- Para pasar un obstáculo o gradas, inclinar la silla hacia atrás y bajarla por sus ruedas traseras.
- Ayude a revisar y a seleccionar las formas y/o técnicas de evacuación en silla de ruedas.

<http://bancadis.ibv.org/recomendaciones-de-adaptacion/aspectos-humanos-como-preparar-la-acogida-y-tratar-con-una-persona-con-discapacidad/79.html>, Así como el apartado 6 de la NOM-008-SEGOB-2015

Trato a una persona con discapacidad sensorial

Discapacidad auditiva o con baja audición

- Llame a la PCD por su nombre. En caso de no saberlo, preguntárselo.
- Al conversar deberá colocarse de frente, a fin de que la PCD observe el movimiento de labios para que pueda entender la información que está recibiendo.

Discapacidad auditiva o sorda

- Volver la cara hacia la persona a la que se dirige la palabra. Permanecer quietos mientras nos comunicamos. Hay que asegurarse que la persona con discapacidad auditiva ve bien nuestra cara. Asegurar que nuestra cara está iluminada.
- No cubrir nuestra cara con las manos o con otros obstáculos (bolígrafos, chicles, etc.).
- Hablar con un nivel de voz natural y vocalizando. Utilizar expresiones faciales, pero sin exagerar demasiado los gestos. No hablar demasiado deprisa.
- Acercarse a la persona pero no gritar. No nos va oír por mucho que gritemos, incluso, puede que consigamos el efecto contrario, pues al gritar, nuestro rostro se crispa, y es esto lo que el interlocutor percibe: no capta el contenido de las palabras, sólo ve un rostro hostil.
- Mirar a los ojos a nuestro interlocutor. Este elemento nos puede ayudar en dos sentidos: el primero es que sentirá confianza en nosotros; el segundo es que, a la vista de su expresión facial proseguiremos la conversación con la seguridad de que nos comprende. En general, las personas sordas son muy expresivas gestualmente, lo que nos puede ayudar a saber si debemos parar y comenzar de nuevo o si estamos teniendo éxito y la comunicación es correcta.
- Aclarar con otras palabras si la persona no comprende las primeras.
- Reiterar por escrito lo concerniente a información y datos importantes.
- Evitar crear sonidos innecesarios, como agitar llaves, pasar páginas, o tamborilear con un lápiz contra la mesa.

- Para llamar su atención pueden darse un par de leves golpes en su hombro o brazo. Si se encuentran en una habitación grande se pueden apagar y encender las luces intermitentemente. Otra alternativa es golpear suavemente el suelo o una mesa para que sientan las vibraciones.
- Si no se entiende bien algo de lo que ha dicho, hay que pedirle que lo repita y no hacer que se ha comprendido. Si la persona con limitaciones auditivas no comprende bien una información hay que repetírsela o utilizar sinónimos.
- No incomodarse o sorprenderse con la manera de hablar de la persona, el ritmo del habla o la elección de las palabras.
- Si la persona está acompañada de un intérprete de lengua de señas, dirigirse a la persona, no al intérprete.

Discapacidad visual, ciega o débil visual

- Preséntese con su nombre, enseguida, pregunte si requiere o no de su ayuda.
- Llame a la PCD por su nombre. En caso de no saberlo, preguntárselo
- Ofrézcale su brazo u hombro, de este modo, usted se transformará en un guía vidente para indicarle con claridad lo que va a hacer.
- Para orientar a la PCD visual en el entorno físico o para señalar direcciones, use indicaciones claras e infórmele de posibles peligros en el recorrido, evite utilizar palabras como "aquí", "allí", "esto" o "aquello", en su lugar utilice referencias como derecha, izquierda, atrás, adelante, arriba, abajo, etc.
- No le tome del brazo, mucho menos del bastón.
- 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.
- Si usted sirve de guía vidente, la persona soltará el arnés del perro y solamente lo sujetará por la correa.
- Describa el lugar donde se encuentran y las personas que están presentes.
- Para pasar por un pasillo o lugar estrecho, si usted está sirviendo de guía vidente, coloque su brazo detrás de su espalda, esto le indicará a la persona con discapacidad visual que deberá colocarse detrás del guía.

- Al bajar o subir escaleras o desniveles, indique la ubicación del pasamanos para proporcionar más apoyo y seguridad.

Dificultades de comunicación/habla

Las personas con dificultades de comunicación se caracterizan por tener problemas para expresarse de forma oral. Algunas manifestaciones relacionadas con estas dificultades son: afasia, disartria, disfemia, disfonía, mudez/afonía, laringectomía, etc.

En el entorno de trabajo pueden considerarse una serie de pautas para tratar a personas con estos problemas y facilitarles su interacción con otras personas y el desempeño de las tareas que realizan:

- Mantener un tipo de conversación natural y apropiada para un adulto.
- Reducir los ruidos ambientales al mínimo para facilitar la comunicación.
- Hablar en un tono de voz normal
- Evitar corregir el habla del individuo.
- Permitirle a la persona un tiempo adicional para expresarse, siempre que sea posible. No forzar la comunicación oral más que en las situaciones en las que sea necesario.
- Si no se ha comprendido lo que dice, conviene hacérselo saber para que la persona utilice otra manera de comunicar lo que desea. No hay que aparentar haber comprendido si no ha sido así.
- Prestar atención y estimular todos los elementos comunicativos de naturaleza no verbal que la persona pueda transmitir: escribir, dibujar, señalar, expresiones faciales, gestos con las manos y el contacto visual. Proporcionar alternativas de comunicación al lenguaje oral (escritura, correo electrónico, SMS, símbolos, etc.).

Trato a una persona con discapacidad intelectual

- Tenga presente que puede entender más allá de lo que usted considera.
- Llame a la PCD por su nombre. En caso de no saberlo, preguntárselo.
- Proporcione ejemplos o sinónimos que faciliten llegar a los conceptos que quiere explicar.
- Utilice un lenguaje simple y concreto.

- Considere sus intereses y necesidades con relación a su edad. Si son adultos trátelos como tales.
- Si la PCD está acompañada por otra persona, no lo ignore.
- Si la PCD tiene dificultad para hablar y usted no comprende inmediatamente lo que está tratando de comunicar, pida que lo repita.
- Debe respetar el ritmo de la PCD, puede tardar en hacer alguna actividad, en la forma en que habla, camina, sostiene objetos, etc.
- Tenga paciencia al escucharlo, puede tener dificultades en el habla.
- No trate a la PCD como a un niño o alguien que no entiende.
- Debe ser aún más paciente con personas con discapacidad de aprendizaje, pues presentan dificultad para reconocer las instrucciones recibidas por parte del personal de rescate.
- Debe prever que la PCD tenga limitaciones en su sentido de dirección, por lo que puede necesitar que alguien le acompañe.
- Deberá utilizar símbolos y señales simples.
- Hable con tranquilidad, de manera normal, es conveniente utilizar un ritmo pausado a menos que la PCD lo solicite de otra manera.

Discapacidad psicosocial:

- Considere que la comunicación de la PCD puede tener un ritmo más lento y ello dificulte su nivel de expresión.
- Llame a la PCD por su nombre. En caso de no saberlo, preguntárselo.
- Si la PCD eleva la voz o se altera, manténgase sereno y evalúe la situación. No grite ni se altere.



Situaciones de emergencia

Criterios para el procedimiento de emergencia respecto a personas con discapacidad que laboran y/o estudian en inmuebles, establecimientos y espacios de los sectores público, privado y social²

El propietario, responsable o administrador de los inmuebles, establecimientos y espacios de los sectores público, privado y social, deberá implementar en coordinación con la Unidad Interna de Protección Civil, el procedimiento de emergencia para la atención de PCD, considerando lo siguiente:

Discapacidad física

Antes de la evacuación:

1. Indicar a la PCD que cuente con un silbato y que deberá mantener una linterna cerca de su lugar de trabajo o estudio y asegurarse de que funciona correctamente, así, en caso de suspensión del suministro de energía eléctrica podrá contar con iluminación.
2. Indicar a la PCD que deberá conocer y recorrer las rutas de evacuación, puntos de reunión, zonas de menor riesgo y salidas de emergencia, al menos, las más cercanas a su lugar de trabajo y/o estudio.
3. Indicar a la PCD que deberá conocer el procedimiento de emergencia.
4. Indicar a la PCD que deberá identificar al brigadista responsable de la zona donde labora y/o estudia.
5. Indicar a la PCD que en caso de usar equipo ortopédico, deberá informar a la Unidad Interna

de Protección Civil el manejo específico de su equipo para trasladarla en caso de emergencia o desastre.

6. Indicar a la PCD que deberá identificar los equipos de emergencia y dispositivos de alertamiento en su lugar de trabajo y/o estudio.

Durante la evacuación:

1. Indicar que en caso de sismo o incendio no debe utilizar los ascensores ni escaleras eléctricas.
2. Indicar que el brigadista debe tomar el control de los equipos ortopédicos únicamente cuando la PCD lo permita.
3. Indicar que se debe trasladar con rapidez a la PCD con el equipo que utiliza para su movilización, Guiándola cuidadosamente.
4. Indicar que en caso de no poder movilizar a la PCD, se deberá trasladar con ayuda de las personas necesarias para bajar o subir escaleras o desniveles utilizando las técnicas de levantamiento adecuadas, en caso de ser posible, trasladar también el equipo.
5. Indicar que la evacuación de la PCD se realizará de forma simultánea con la demás población, siempre y cuando no obstruya o aumente el tiempo de evacuación general, de ser el caso deberá adherirse a los procedimientos específicos del inmueble.
6. Indicar que la brigada de evacuación debe asegurarse de trasladar a la PCD al punto de reunión.

Después de la evacuación:

1. En caso de que la PCD requiera atención médica, la Unidad Interna de Protección Civil realizará lo necesario para su traslado y/o atención.

Discapacidad visual o con baja visión.

Antes de la evacuación:

1. Sugerir a la PCD que mantenga un silbato en su lugar de trabajo y/o estudio.
2. Indicar a la PCD que deberá conocer y recorrer las rutas de evacuación, puntos de reunión, zonas de menor riesgo y salidas de emergencia, al menos, las más cercanas a su lugar de trabajo y/o estudio.
3. Indicar a la PCD que deberá conocer el procedimiento de emergencia.

² Fuente: Del apartado 7 de la NOM-008-SEGOB-2015

4. Indicar a la PCD que deberá identificar al brigadista responsable de la zona donde labora y/o estudia.
5. Indicar a la PCD que en caso de usar equipo auxiliar, deberá informar a la Unidad Interna de Protección Civil el manejo específico de su equipo para trasladarla en caso de emergencia o desastre.
6. Indicar a la PCD que deberá ubicar los equipos de emergencia y dispositivos de alertamiento en su lugar de trabajo y/o estudio.

Durante la evacuación:

1. En caso de emergencia no debe utilizar los ascensores ni escaleras eléctricas.
2. Presentarse con la PCD, indíquele qué está pasando y ofrezca su ayuda.
3. Colocarse delante de la PCD, ofrézcale su brazo u hombro, de este modo usted se transformará en un guía vidente para indicarle claramente lo que va a hacer, no le tome del brazo, mucho menos del bastón.
4. Procurar ser muy descriptivo acerca de lo que está sucediendo y de la ruta de evacuación. Asimismo deberá alertar de posibles peligros en el recorrido.
5. Si la PCD tiene perro guía, recuerde que el perro se convierte en parte del cuerpo de la persona, por lo que es necesario facilitar que la evacuación sea segura, tanto para la persona como para el animal.
6. La evacuación de la PCD se realizará de forma simultánea con la demás población, siempre y cuando no obstruya o aumente el tiempo de evacuación general, de ser el caso deberá adherirse a los procedimientos específicos del inmueble.
7. Al final del procedimiento de evacuación asegúrese de trasladar a la PCD al punto de reunión.

Después de la evacuación:

1. En caso de que la PCD requiera atención médica, la Unidad Interna de Protección Civil realizará lo necesario para su traslado y/o atención.

Discapacidad auditiva o con baja audición.

Antes de la evacuación:

1. Definir la forma que utilizará para alertar a la PCD en caso de emergencia y hágalo de su conocimiento.

2. Sugerir a la PCD que tenga una linterna cerca de su lugar de trabajo y/o estudio, a fin de facilitarle leer los labios en la oscuridad.
3. Indicar a la PCD que deberá conocer y recorrer las rutas de evacuación, puntos de reunión, zonas de menor riesgo y salidas de emergencia, al menos, las más cercanas a su lugar de trabajo y/o estudio.
4. Indicar a la PCD que deberá conocer el procedimiento de emergencia.
5. Indicar a la PCD que deberá identificar al brigadista responsable de la zona donde labora y/o estudia.
6. Indicar a la PCD que deberá ubicar los equipos de emergencia en su lugar de trabajo y/o estudio.

Durante la evacuación:

1. En caso de emergencia no debe utilizar los ascensores ni escaleras eléctricas. Alerte a la PCD con un leve toque en el hombro o el brazo.
2. La evacuación de la PCD se realizará de forma simultánea con la demás población.
3. Al final del procedimiento de evacuación asegúrese de trasladar a la PCD al punto de reunión.

Después de la evacuación:

1. En caso de que la PCD requiera atención médica, la Unidad Interna de Protección Civil realizará lo necesario para su traslado y/o atención.

Discapacidad intelectual.

Antes de la evacuación:

1. Sugerir a la PCD que mantenga una linterna cerca de su lugar de trabajo o estudio, así, en caso de suspensión del suministro de energía eléctrica podrá contar con iluminación.
2. Indicar a la PCD que deberá conocer y recorrer las rutas de evacuación, puntos de reunión, zonas de menor riesgo y salidas de emergencia, al menos, las más cercanas a su lugar de trabajo y/o estudio.
3. Indicar a la PCD que deberá conocer el plan de emergencia.
4. Indicar a la PCD que deberá identificar al brigadista responsable de la zona donde labora y/o estudia.
5. Indicar a la PCD que deberá identificar los equipos de emergencia y dispositivos de alertamiento en su lugar de trabajo y/o estudio.

6. Indicar a la PCD que deberá informar a la Unidad Interna de Protección Civil así como a sus compañeros o personas cercanas si toma medicamentos y el manejo específico de su discapacidad para trasladarla en caso de emergencia o desastre.

Durante la evacuación:

1. En caso de emergencia no debe utilizar los ascensores ni escaleras eléctricas. Si la situación lo permite explicar a la PCD lo que está pasando y lo que van a hacer (evacuar hacia un lugar seguro).
2. Trasladar con rapidez a la PCD, guíela cuidadosamente por la ruta de evacuación.
3. La evacuación de la PCD se realizará de forma simultánea con la demás población.
4. Al final del procedimiento de evacuación asegúrese de trasladar a la PCD al punto de reunión.

Después de la evacuación:

1. En caso de que la PCD requiera atención médica la Unidad Interna de Protección Civil realizará lo necesario para su traslado y/o atención.

Discapacidad psicosocial.

Antes de la evacuación:

1. Sugiera a la PCD que mantenga una linterna cerca de su lugar de trabajo y/o estudio, así, en caso de suspensión del suministro de energía eléctrica podrá contar con iluminación.
2. Indicar a la PCD que deberá conocer y recorrer las rutas de evacuación, puntos de reunión, zonas de menor riesgo y salidas de emergencia del lugar de trabajo y/o estudio.
3. Indicar a la PCD que deberá conocer el plan de emergencia.
4. Indicar a la PCD que deberá identificar al brigadista responsable de la zona donde labora y/o estudia.
5. Indicar a la PCD que deberá identificar los equipos de emergencia y dispositivos de alertamiento en su lugar de trabajo y/o estudio.
6. Indicar a la PCD que deberá informar a la Unidad Interna de Protección Civil así como a sus compañeros o personas cercanas si toma medicamentos y el manejo específico de su discapacidad para trasladarla en caso de emergencia o desastre.

Durante la evacuación:

1. En caso de emergencia no debe utilizar los ascensores ni escaleras eléctricas.
2. Explicar a la PCD lo que está pasando y lo que van a hacer (evacuar hacia un lugar seguro).
3. Preguntar a la PCD si requiere de apoyo para realizar la evacuación.
4. La evacuación de la PCD se realizará de forma simultánea con la demás población.
5. Al final del procedimiento de evacuación asegúrese de que la PCD llegue al punto de reunión.

Después de la evacuación:

1. En caso de que la PCD requiera atención médica la Unidad Interna de Protección Civil realizará lo necesario para su traslado y/o atención.