

PROTOCOLO GENERAL DE ATENCIÓN A PERSONAS CON DISCAPACIDAD EN SITUACIÓN DE EMERGENCIA

CONTENIDO

PRESENTACIÓN

CONCEPTOS CLAVE

MARCO JURÍDICO

ATENCIÓN EN SITUACIONES DE RIESGO O EMERGENCIA

Recomendaciones generales para la atención a personas con discapacidad en situaciones de emergencia

1. Acciones preventivas de la Comisión Local de Seguridad
2. Alertamiento de la emergencia por parte de la Comisión Local de Seguridad a través de los brigadistas.
3. Durante la emergencia por parte de la Comisión Local de Seguridad a través de los brigadistas.
4. Después de la emergencia por parte de la Comisión Local de Seguridad a través de los brigadistas

¿Qué hacer en caso de una emergencia para atender a las personas con distintas discapacidades?

- Discapacidad física o motriz
- Discapacidad auditiva
- Discapacidad visual
- Discapacidad intelectual
- Discapacidad mental / psicosocial



MARCO NORMATIVO

ANEXO I

- Directorio de Emergencia
- La UNAM te acompaña y escucha

ANEXO II

Técnicas de evacuación por levantamiento para personas con movilidad limitada

PRESENTACIÓN

El Protocolo de Atención a Personas con Discapacidad en Situación de Emergencia tiene la finalidad de ayudar a prevenir, atender y mitigar riesgos, ante la presencia de fenómenos perturbadores como sismos, incendios e inundaciones.

La Organización de las Naciones Unidas establece como propósito la obligación de los Estados promover, proteger y asegurar el goce pleno y en condiciones de igualdad de todos los derechos humanos y libertades fundamentales a favor de las personas con discapacidad.

La prevención y la seguridad es una tarea de todas las personas de la Dirección de Literatura y Fomento a la Lectura, asumiendo que cualquier asunto que involucre a una persona con discapacidad debe entenderse desde el principio de igualdad y no discriminación, evitando distinciones injustificadas que afecten sus derechos y por otro lado realizar las acciones necesarias para eliminar los obstáculos, barreras físicas, de información y de comunicación que impiden su plena integración a la sociedad.

CONCEPTOS CLAVE

Accesibilidad

Medidas pertinentes para asegurar el acceso de las personas con cualquier discapacidad, en igualdad de condiciones con las demás, en el entorno físico, el transporte, la información y las tecnologías de comunicación.

Ajustes razonables

Modificaciones y adaptaciones necesarias cuando se requieran en un caso particular, para garantizar a las personas con discapacidad la igualdad de condiciones con los demás, de todos los derechos humanos y libres.

Barreras Organizacionales o sistemáticas

Son políticas, prácticas, normas, estructuras y procesos sociales creados para la convivencia de personas sin discapacidad, por lo cual se vuelven barreras no perceptibles para las personas con discapacidad.

Barreras Actitudinales

Es la actitud influida por estereotipos, prejuicios y estigmas, desconocimiento de la importancia del respeto a los productos de apoyo que requiere la persona con discapacidad (muletas, bastones, silla de ruedas, prótesis, etc.). Así como de la necesidad de asistencia humana o animal en la vida cotidiana de muchas personas con discapacidad.

Barreras Arquitectónicas

Las construcciones que no contemplan el derecho a la accesibilidad de las personas con discapacidad (edificios sin elevadores o rampas adecuadas, falta de baños accesibles).

Barreras de Comunicación

Medios de comunicación diseñados para personas que ven, escuchan y hablan, sin considerar los elementos de accesibilidad para personas con discapacidad.

Incluir lenguajes, visualización de textos, sistema de escritura Braille, la comunicación táctil, los dispositivos multimedia de fácil acceso.

Ayudas Técnicas

Aluden a los programas computacionales, en celulares y otros dispositivos electrónicos diseñados para personas que ven, escuchan y hablan.

Dispositivos tecnológicos y materiales que permiten habilitar, rehabilitar o compensar una o más limitaciones funcionales, motrices, sensoriales o intelectuales de las personas con discapacidad.

Discapacidad

Es la consecuencia de la presencia de una deficiencia o limitación en una persona, que al interactuar con las barreras que le impone el entorno social, pueda impedir su inclusión plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con los demás.

Discapacidad Física

Es la secuela o malformación que deriva de una afección en el sistema neuromuscular a nivel central o periférico, dando como resultado alteraciones en el control del movimiento y la postura, y que al interactuar con las barreras que le impone el entorno social, pueda impedir su inclusión plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con los demás.

Discapacidad Intelectual

Son limitaciones significativas tanto en la estructura del pensamiento razonado, como en la conducta adaptativa de la persona, y que al interactuar con las barreras que le impone el entorno social, pueda impedir su inclusión plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con los demás.

Discapacidad Mental

Es la Alteración o deficiencia en el sistema neuronal de una persona, que aunado a un hecho que no puede manejar, detona un cambio en su comportamiento que dificulta su pleno desarrollo y convivencia social, y que al interactuar con las barreras que le impone el entorno social, pueda impedir su inclusión plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con los demás.

Discapacidad Psicosocial

Termino surgido del modelo social que se define como la restricción causada por el entorno social, experimentado factores sociales negativos como la discriminación y la exclusión. Debido a la falta de diagnóstico y tratamiento adecuado las personas pueden presentar disfunciones mentales como: depresión, trastorno bipolar, ansiedad, trastorno déficit de atención, trastorno de pánico, estrés, trastornos alimenticios, etc.

Discapacidad Sensorial

Es la deficiencia estructural o funcional de los órganos de la visión, audición, tacto, olfato y gusto, así como de las estructuras y funciones asociadas a cada uno de ellos, y que al interactuar con las barreras que le impone el entorno social, pueda impedir su inclusión plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con los demás.



Discriminación por motivos de discapacidad.

Situación en la que las personas con discapacidad reciben un trato menos favorable que otras, debido a su condición personal diferente por alguna causa. Incluye actos de omisión que causan perjuicio y se basan en alguno de los motivos prohibidos de discriminación en los ámbitos político, económico, social, cultural, civil o de otro tipo dejando sin efecto el goce o ejercicio en igualdad de condiciones.



MARCO JURÍDICO

- Reforma constitucional mexicana, publicado en el DOF el 10 de junio 2011.
- Reglamento de la Ley General para la Inclusión de las Personas con Discapacidad, publicado en el DOF el 30 de noviembre 2012.
- Comisión de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos, se ha señalado en su Informe anual de 2014 (A/HRC/28/37), 12 de diciembre 2014.
- NORMA Oficial Mexicana NOM-008-SEGOB-2015, Personas con discapacidad.- Acciones de prevención y condiciones de seguridad en materia de protección civil en situación de emergencia o desastre, publicada en el DOF el 12 de agosto de 2016.
- Lineamientos para Fomentar la Inclusión de las Personas con Discapacidad en la Universidad Nacional Autónoma de México, publicado en la Gaceta UNAM el 29 de agosto de 2022
- Ley General para la Inclusión de las Personas con Discapacidad, publicada en el DOF el 14 de junio 2024.

ATENCIÓN EN SITUACIONES DE RIESGO O EMERGENCIA

La Comisión Local de Seguridad de la Dirección de Literatura y Fomento a la Lectura, es la encargada de desarrollar y actualizar los planes, programas y acciones de Protección Civil y Seguridad, para la reducción de riesgos en la comunidad universitaria, tiene un papel importante en la implementación de proyectos para la generación de entornos accesibles e incluyentes, así como en la gestión de apoyos para la atención, comunicación y movilidad de personas con discapacidad.

Es recomendable que los integrantes de la Comisión Local de Seguridad cuenten con acceso al padrón de personas con discapacidad de la Dirección de Literatura y Fomento a la Lectura, así como establecer los mecanismos de comunicación permanente para generar el diálogo con dicha población de la comunidad universitaria. De esta forma, se podrán elaborar protocolos personales de emergencia que consideren lo siguiente:

- identificación de necesidades;
- implementación de acciones específicas;
- creación de una red personal de apoyo, y
- ajustes razonables de acuerdo con cada caso.

Así mismo, es indispensable crear campañas de capacitación y difusión sobre derechos humanos y discapacidad, lenguaje incluyente, medidas preventivas en temas de autoprotección y estrategias de evacuación.

Recomendaciones generales para la atención a personas con discapacidad en situaciones de emergencia

Las reglas básicas para dirigirse a las personas con discapacidad son:

- Presentarse con respeto
- Trato adecuado
- Límitate a ayudar en lo necesario
- Ser tolerante y Empático

1. Acciones preventivas de la Comisión Local de Seguridad

Identificar a las personas con discapacidad en la Dirección de Literatura y Fomento a la Lectura.

Dirigirse de forma respetuosa, fomentando un lenguaje incluyente que contribuya a la eliminación de estereotipos, estigmas y prejuicios hacia la comunidad universitaria con discapacidad. El siguiente cuadro ilustra las formas correctas e incorrectas de dirigirse a las personas con discapacidad.

Cómo NO referirse	Cómo SÍ referirse
Persona con capacidades diferentes o especiales, discapacitado, disminuido, enfermito, incapacitado, deficiente.	Persona con discapacidad.
Sordomudo, mudo, sordito o todos sus diminutivos.	Persona con discapacidad auditiva o sorda.
Invidente, cieguito o todos sus diminutivos.	Persona con discapacidad visual, ciega o débil visual.
Inválido, cojo, lisiado, parálítico.	Persona con discapacidad motriz.
Retrasado mental, mongol, tonto, idiota, deficiente.	Persona con discapacidad intelectual.
Loco, loquito, demente, idiota, trastornado, anormal, lunático.	Persona con discapacidad psicosocial.
Padece o sufre una discapacidad.	Tiene discapacidad.

Para la identificación de las personas visitantes, apoyarse en el personal ubicado en los controles de acceso a las instalaciones universitarias y avisar al personal de vigilancia o brigadistas de protección civil para que estén atentos a fin de brindar algún apoyo que eventualmente les sea requerido. De igual forma, es importante que, el personal citado, tome en cuenta la presencia de las personas visitantes, para asistirles en situaciones de emergencia.

Establecer comunicación permanente con las personas con discapacidad para generar un diálogo que, en consecuencia, permita tomar decisiones e implementar medidas adecuadas, de manera conjunta, en aspectos relacionados con la cultura de seguridad y protección en las instalaciones universitarias.

La Comisión Local de Seguridad debe comunicarse con las personas con discapacidad, indagar cuáles son sus necesidades y qué apoyos requieren en caso de emergencia. Así como la generación de lineamientos conforme a las particularidades de la Dirección de Literatura y Fomento a la Lectura.

La Comisión Local de Seguridad debe verificar de manera periódica que las rutas de evacuación, salidas, salidas de emergencia, zonas de menor riesgo y puntos de reunión se encuentren libres de obstáculos.

Conocer, previamente, los protocolos de emergencia de la Comisión Local de Seguridad de la Dirección de Literatura y Fomento a la Lectura; a través de mecanismos de difusión que la CLS implemento.

Verificar que las instalaciones de la Dirección de Literatura y Fomento a la Lectura se encuentren iluminadas, con rampas, letreros de señalización con información claramente visible, sistemas de alertamiento sonoro y visual en operación y directorios de emergencia actualizados.

Participar de manera activa en los simulacros de evacuación, repliegue y concentración en los puntos de reunión, incluyendo escenarios que contemplen proporcionar atención en situaciones de emergencia diversas, y que involucren a personas con discapacidad.

2. Alertamiento de la emergencia por parte de la Comisión Local de Seguridad a través de los brigadistas

- Llamar a la persona con discapacidad por su nombre. En caso de no saberlo, preguntárselo.
- Evitar ignorar, infantilizar y/o utilizar términos que menosprecien a la persona.
- Preguntar en qué se le puede apoyar y de qué forma. Evitar dar por entendido que toda persona con discapacidad necesita apoyo en todo momento y en toda circunstancia.
- Comunicar la situación de emergencia a quién corresponda de los brigadistas.
- Emitir información precisa y confirmada. Es importante considerar el tipo de emergencia y las acciones de autoprotección a adoptar, en cada caso, para la salvaguarda de la integridad de acuerdo con la situación.
- Comunicar la emergencia, por medios auditivos, a personas con discapacidad física, intelectual, psicosocial. El alertamiento de la emergencia se puede realizar con apoyo del sistema de sonido local, de los sistemas de alertamiento interno, o mediante el uso de silbatos.
- Implementar un alertamiento que incluya aspectos visuales para personas con discapacidad auditiva. Esto se puede realizar con apoyo de lámparas de mano, o la lámpara del celular, haciendo encendidos intermitentes, a fin de captar la atención de las personas y comunicarles acerca la emergencia. Una vez que se capte la atención de la persona con discapacidad auditiva, será posible comunicarle el mensaje de forma escrita, sobre papel, o mediante el uso de dispositivos electrónicos.

3. Acciones durante la emergencia por parte de la Comisión Local de Seguridad a través de los brigadistas

- Ofrecer apoyo a la persona con discapacidad preguntándole directamente si lo requiere y de qué manera.
- No precipitarse en ayudar. Si lo necesita, centrarse en las capacidades y en la independencia de la persona, en vez de sus limitaciones.
- Realizar evacuación o repliegue de acuerdo con la emergencia que se presente.
- Si la persona con discapacidad se encuentra en planta baja o cerca de salidas, realizar la evacuación hacia el punto de reunión.
- En caso de evacuación, las personas con discapacidad realizarán el desalojo de las instalaciones junto con toda la población.
- En caso de encontrarse en niveles superiores o alejados de las salidas, realizar repliegue a zonas de menor riesgo.
- No separar a la persona con discapacidad de sus apoyos técnicos: silla de ruedas, aparatos auditivos, bastón, andadera, barreras, etcétera.

4. Acciones después de la emergencia por parte de la Comisión Local de Seguridad a través de los brigadistas

- Una vez que la persona con discapacidad se encuentre en el punto de reunión, al igual que toda la población desalojada del inmueble, deberá esperar indicaciones de parte de la Comisión Local de Seguridad para la reanudación o suspensión de las actividades, de acuerdo con los protocolos establecidos. Lo anterior dependerá de las condiciones de seguridad reinantes en las instalaciones.
- En caso de que la persona con discapacidad requiera atención médica, la Comisión Local de Seguridad activará el *Protocolo en caso de urgencia médica*, para su atención y/o traslado.
- Si la persona con discapacidad perdió o dejó sus pertenencias, preguntarle qué implementos técnicos necesita con más urgencia como, por ejemplo:
 - Medicamentos, sondas, guantes, respirador con filtros especiales, mascarillas, inhalador, bolsas urinarias, bastones, andaderas, silla de ruedas, muletas, etcétera. Una vez reunida la información, comunicarla al brigadista de protección civil para que atienda el caso.
- Mantener contacto con la persona con discapacidad para contar con su retroalimentación en el desarrollo de estrategias para la disminución de riesgos y la actualización de los Protocolos de emergencia.

¿Qué hacer en caso de una emergencia para atender a las personas con distintas discapacidades?

En situaciones de riesgo o emergencia es importante identificar las necesidades y tipos de apoyo que requieren las personas con discapacidad. También es preciso recordar que algunas personas tienen condiciones que pueden agravarse en situaciones de emergencia, como las relacionadas con las condiciones de los espacios: movimiento brusco del edificio, caída de objetos, presencia de humo, pérdida de electricidad, gritos y agitación social.

A continuación, se señalan recomendaciones generales por tipos de discapacidad. Sin embargo, lo idóneo es tener información previa acerca de la persona, para que la respuesta sea diligente, asertiva y responda a las necesidades individuales específicas.

Discapacidad física o motriz

- Centrar la atención en la persona antes que en su discapacidad.
- Al conversar, hablarle directamente, sin evadir la mirada y, en caso de que la persona utilice silla de ruedas, procurar ponerse a la altura de sus ojos, dirigirse a la persona, no a su acompañante, en caso de que lo tuviere.
- No tomar las muletas, bastones, brazos de la silla de ruedas u otros apoyos técnicos que utilice la persona, solamente sujetar lo que ella indique.
- Procurar que los apoyos técnicos estén cerca de él o ella (silla de ruedas, prótesis, bastones, muletas).
- En caso de que la persona camine despacio y/o utilice muletas, ajustar el paso al de la persona con discapacidad.
- Ayudar a revisar y a seleccionar las formas o técnicas de evacuación en silla de ruedas. Si desconoce cómo manejar una silla de ruedas, preguntar a la persona usuaria.
- En caso de encontrarse en edificios de varios niveles, se sugiere la evacuación horizontal, es decir, trasladarse a una zona de menor riesgo del mismo nivel y esperar ahí hasta que pase la emergencia. De ser necesario desalojar el edificio, se realizará la evacuación vertical, es decir, bajar los niveles del edificio con la asistencia de brigadistas o personal de apoyo, quienes realizarán alguna de las maniobras de evacuación evitando comprometer la salud e integridad de las personas involucradas. En caso de no poder realizar alguna de las técnicas de evacuación, se deberá solicitar y esperar el apoyo del personal de atención a emergencias. (Ver Anexo II. *Técnicas de evacuación por levantamiento para personas con movilidad limitada*).

Discapacidad auditiva

- Comunicarse de forma escrita, es decir, escribir la información a comunicarse mediante palabras o símbolos alusivos al mensaje.
- Usar toda la expresividad corporal y gestual.
- Facilitar el uso de un teléfono celular, tableta digital o computadora para poder escribir mensajes de texto.

- Al conversar, colocarse de frente para que la persona con discapacidad observe el movimiento de los labios y pueda entender la información que está recibiendo.
- Hablar con tranquilidad, de manera normal y sin gritar. Es conveniente utilizar un ritmo pausado, a menos que la persona con discapacidad lo solicite de otra manera.
- Si no le está mirando, puede llamar su atención agitando su mano, sin brusquedad. También se puede llamar la atención con un leve toque en el hombro o en el brazo.
- Mientras se esté comunicando información, mantener el contacto visual. Si se desvía la vista, la persona con discapacidad puede pensar que la conversación terminó.
- Comprobar que se entendió el mensaje, si no, repetirlo.
- Ser paciente, puede ser difícil para la persona comprender la urgencia del mensaje.
- Si la persona se encuentra acompañada de algún intérprete de lengua de señas, dirigirse a la persona, no al intérprete.

Atención: La persona con discapacidad, que utiliza un aparato auditivo o implante coclear, no necesariamente escucha con claridad.

- Cuando hable con él o ella, ponga atención y trate de comprender lo que dice.
- Es importante hablarles de frente, articular las palabras en forma clara y pausada.
- En caso de no entenderse de manera oral, pregunte si le es posible utilizar papel y lápiz.
- Evite taparse la boca o voltear cuando la persona sorda está tratando de leer sus labios.
- Si usted no entiende lo que él o ella le acaba de decir, pídale que lo repita, no pretenda hacer como que entiende.
- Evite masticar goma de mascar, comer o fumar al hablar con la persona.

Discapacidad visual

- Anunciar su presencia y ofrecer su ayuda, pero dejando que la persona explique qué necesita.
- En caso de que acepte ayuda, ofrecer el brazo u hombro, de este modo, será una guía para indicarle con claridad lo que va a hacer, la ruta a seguir, hablando de manera natural y tranquila.
- Colocarse delante de la persona, no tomarla del brazo ni del bastón.
- Para orientar a la persona con discapacidad visual respecto al entorno físico, o para señalar direcciones, usar indicaciones claras e informar de posibles riesgos en el recorrido (obstáculos, cambio de nivel, cambio de dirección), utilizar referencias como derecha, izquierda, atrás, adelante, arriba, abajo.
- Describir por adelantado la maniobra que va a ejecutar.
- Si la persona con discapacidad tiene un animal de asistencia guía, no tocarlo, no alimentarlo, no obstaculizarlo y no distraerlo. El animal de asistencia se convierte en parte del cuerpo de la persona.
- Describir el lugar donde se encuentran y las personas que están presentes con la intención de ubicar a la persona con discapacidad visual.
- Para pasar por un pasillo o lugar estrecho, si usted es el guía, coloque el 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, indicar la ubicación del pasamanos para proporcionar más apoyo y seguridad. Si los pasillos cuentan con pasamanos, indicarle la ubicación.
- Una vez en el exterior, asegurarse de que las personas con discapacidad visual permanezcan acompañadas hasta que sea declarado el fin de la emergencia, evitando dejarlos en un lugar desconocido o con el que no estén familiarizados.
- Asegurarse de que el trayecto a la ruta de evacuación, o zona de menor riesgo, esté libre de obstáculos.

- Exprese verbalmente lo que desea en una conversación con una persona con discapacidad en la función visual, a intervalos diga "sí" o "no", recuerde que él o ella no puede ver un gesto, sonrisa o movimientos de cabeza.
- Haga descripciones detalladas del entorno, siempre y cuando se lo pida la persona con discapacidad en la función visual.
- Al despedirse o llegar avísele llamándole por su nombre o estreche su mano.
- Si hay que llenar formas, lo más seguro es que requiera apoyo sin embargo, pregúntele si lo necesita.
- Elimine obstáculos para crear ambientes sin riesgos (puertas semiabiertas, objetos tirados en el suelo, cables de corriente, macetas, etcétera).

Discapacidad intelectual

- Utilizar un lenguaje claro, usar frases directas y sencillas.
- Si la persona con discapacidad está acompañada por otra persona, no dirigirse sólo al acompañante.
- Si la persona con discapacidad tiene dificultad para hablar y usted no comprende inmediatamente lo que está tratando de comunicar, pedirle que lo repita o utilice visuales.
- Respete el ritmo de la persona con discapacidad, puede tardar en hacer alguna actividad, en la forma en que habla, camina o sostiene objetos.
- Escuchar con paciencia, la persona con discapacidad puede tener dificultades en el habla.
- La persona puede presentar dificultad para reconocer las instrucciones recibidas por parte de la persona brigadista, por lo que debe ser paciente y repetir las, si es necesario.
- Debe considerar que la persona con discapacidad puede tener limitaciones en su sentido de la dirección, por lo que podría necesitar que alguien le acompañe. La persona podría caminar despacio, procure fomentar una caminata rápida sin empujarla.

- Algunas personas con discapacidad intelectual pueden tener limitaciones para regular su conducta, por lo que es importante dirigirse a ellas con tranquilidad.
- Proporcione el mismo trato que a las demás personas.
- Adopte una manera de hablar natural y sencilla. Evite el lenguaje técnico y complejo.
- Evite la sobreprotección. Deje que ellas y ellos hagan solos todo lo que puedan.
- Responda a sus preguntas, asegurándose de que le han comprendido.
- Preste ayuda sólo cuando sea realmente necesario o lo soliciten.
- Es necesario ser paciente al hablar con ellos, al explicarles algo o escucharlos.
- Diríjase a la persona con discapacidad por la deficiencia intelectual o mental, no a su acompañante.

Discapacidad mental / psicosocial

- Siempre debe preguntar antes de ayudar.
- Utilizar un lenguaje claro y simple.
- Considerar que la comunicación ejercida por la persona con discapacidad puede tener un ritmo más lento y ello dificulta su nivel de expresión.
- Si la persona con discapacidad eleva la voz, o se altera, mantener la calma y evaluar la situación.
- No gritar y procurar no alterarse.
- Algunas personas con discapacidad psicosocial pueden tener limitaciones para regular su conducta, por lo que es importante actuar con tranquilidad.
- No tocar a la persona. Respetar su espacio personal.
- Diríjase a él o ella con respeto.
- Salúdalo de la manera habitual.



UNIVERSIDAD NACIONAL
AUTÓNOMA DE
MÉXICO



DIRECCIÓN DE
LITERATURA UNAM

- Haga preguntas cortas.
- Confirme que él o ella entendió lo que le dijo.
- Siempre tome en cuenta la opinión de la persona y cómo se siente.



MARCO NORMATIVO

- Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos, artículos 1º y 3º Fracción VII
- Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad
- Ley General para la Inclusión de las Personas con Discapacidad
- Ley Orgánica de la Universidad Nacional Autónoma de México
- Estatuto General de la Universidad Nacional Autónoma de México
- Reglamento del H. Consejo Universitario
- Reglamento de la Comisión Especial de Seguridad del Consejo Universitario de la UNAM
- Lineamientos para Fomentar la Inclusión de las Personas con Discapacidad en la Universidad Nacional Autónoma de México



ANEXO I

DIRECTORIO DE EMERGENCIA

CIUDAD UNIVERSITARIA	
Central de Atención de Emergencias UNAM	55 5616 0523
Secretaría de Prevención y Apoyo a la Movilidad y Seguridad Universitaria	55 5622 1286 55 5622 1284
Protección Civil	55 5622 6552
Bomberos	55 5616 1560
Línea de Reacción PUMA	55 5622 6464
Urgencias médicas CU	55 6222 0202
Apoyo Psicológico a distancia UNAM	55 5025 0855
Defensoría de los Derechos Universitarios, Igualdad y Atención de la Violencia de Género	55 4161 6048

La UNAM te acompaña y escucha

Identifica tu condición de salud mental realizando un cuestionario en la siguiente liga de acceso:

www.misalud.unam.mx

COMITÉ TÉCNICO PARA LA ATENCIÓN DE LA SALUD MENTAL https://saludmental.unam.mx/	
ATENCIÓN PSICOLÓGICA A DISTANCIA DE LA UNAM <i>Lunes a viernes de 8:00 a 18:00 h.</i>	55 5025 0855
CLÍNICA DE SALUD MENTAL DE LA FACULTAD DE MEDICINA <i>Horario de 8:00 a 15:30 h.</i>	55 5656 2475
DIRECCIÓN GENERAL DE ATENCIÓN A LA SALUD (DGAS) sos@unam.mx <i>Lunes a viernes de 8:00 a 20:00 h.</i>	55 5622 0131 55 5616 0914
PROGRAMA DE CONTENCIÓN EMOCIONAL (ENEO, OMS, OPS, Facultad de Psicología) www.eneo.unam.mx/enfermeriacallcenter/ <i>Horario de 9:00 a 14:00 h y 15:00 a 20:00 h.</i>	55 5350 7218 80 0461 0098
LÍNEA DE VIDA (CONADIC) lalineadelavida@salud.gob.mx <i>Atención las 24 h del día</i>	80 0911 2000
Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz <i>Citas de 8:00 a 14:00 h.</i>	55 4160 5372 55 4160 5000
CONADIS Consejo Nacional para el Desarrollo y la Inclusión de las Personas con Discapacidad contacto@conadis.gob.mx	5553285000

A N E X O II

TÉCNICAS DE EVACUACIÓN POR LEVANTAMIENTO PARA PERSONAS CON MOVILIDAD LIMITADA

IMPORTANTE:

Debido al esfuerzo físico requerido, y a fin de identificar la técnica a aplicar en la evacuación, es necesario considerar el tipo de discapacidad de la persona a ayudar, su peso corporal y la distancia a recorrer. De igual forma, es importante detectar si la persona puede participar de forma activa en la evacuación o si está inconsciente, y, además, saber de antemano con cuántas personas de apoyo se cuenta para asistir en las maniobras.

Para la correcta aplicación de las técnicas es indispensable la capacitación del personal brigadista: cómo mover, cargar y manejar a una persona con discapacidad para realizar las maniobras adecuadamente, sin comprometer la salud e integridad de las personas involucradas. La evacuación de personas con discapacidad, usuarias de sillas de ruedas, debe ser realizada por personal capacitado.

Siempre pregunte a las personas con discapacidad cómo y cuál es la mejor forma de apoyarlas o si hay consideraciones especiales a tomar en cuenta antes de realizar alguna maniobra para la evacuación.

A continuación, se indican algunas técnicas para realizar evacuación asistida a personas con problemas de movilidad. En todo momento, los brigadistas deben explicar a la persona con discapacidad las maniobras a realizar.

TÉCNICAS PARA UNA PERSONA

1. Cargar en la espalda

- Se requiere que la persona tenga fuerza suficiente para sujetarse de quien la carga.
- Recomendable cuando se va a descender por una escalera, ya que se puede utilizar el pasamanos como apoyo.
- Este método causa menos restricciones a la respiración.



2. Técnica de cuna

- Para personas pequeñas o de poco peso.
- Se utiliza para evacuación, pero puede ser riesgosa y difícil para el rescatista.
- Puede ser peligrosa para personas parapléjicas o con otra deficiencia en la columna. La flexión que se produce en la columna es severa y puede causar dolor e incomodidad.



3. Técnica de bomberos

- La persona debe colocarse de forma que no se restrinja la respiración.
- Puede ser difícil de ejecutar para personas sin capacitación.



4. Técnica de la cobija

- El rescatista coloca a la persona en una cobija y la arrastra por el piso.



TÉCNICAS PARA DOS PERSONAS

IMPORTANTE: Las personas involucradas deben reforzar la comunicación y coordinación para la correcta aplicación de las siguientes técnicas.

1. Silla de dos personas

- Dos personas se ponen de frente y unen sus manos, las colocan bajo las piernas de la persona a rescatar y la alzan, formando una silla. Un brazo se coloca bajo las rodillas de la persona a cargar y, el otro, en su espalda.
- Este método permite que los rescatistas distribuyan el peso, pero requiere que caminen de lado.



2. Cargar por las extremidades

- Una persona sujeta las piernas de la persona a evacuar, la otra la toma por debajo de los brazos y alrededor de su pecho.



3. Descenso por escaleras

- Las personas con discapacidad ambulatoria podrían usar esta técnica, en caso de que no haya nadie disponible para ayudarles, y si tienen la capacidad o habilidad suficiente para realizarla.
- Este método puede causar lesión, pero puede ser una opción si la vida de la persona está en peligro.

