GOBIERNO DE LA CIUDAD DE MÉXICO | SECRETARÍA DE SALUD | SIBISO | INDISCAPACIDAD | COVID-19

Covid-19

Medidas de atención y protección a personas con discapacidad

lectura fácil
MÉXICO

MEDIDAS DE ATENCIÓN Y PROTECCIÓN ANTE Covid-19
PERSONAS CON DISCAPACIDAD

JUSTIFICACIÓN

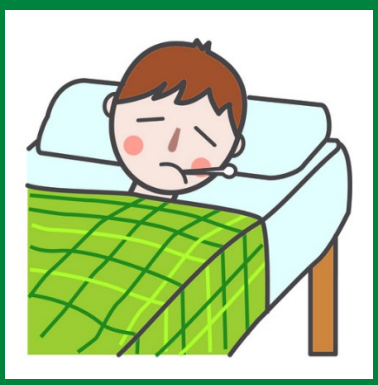
La Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad
es un acuerdo de muchos países
para proteger los derechos de las personas con discapacidad.

La Convención menciona que los países harán lo que sea necesario
para proteger a las personas con discapacidad
cuando exista una situación que ponga en riesgo su vida,
por ejemplo: una guerra, una emergencia o un desastre natural.

Muchos países del mundo están trabajando juntos
para lograr que se cumplan los objetivos
de un plan de trabajo llamado:
Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible.

Una de las metas de la Agenda 2030
es lograr que todas las personas
tengan acceso a servicios de salud,
es decir, a tener medicinas, vacunas y tratamientos.

Con la aparición de la enfermedad llamada COVID 19,
la Organización Mundial de la Salud
y la Organización Panamericana de la Salud
escribieron qué deben hacer los países
para que las personas con discapacidad
tengan acceso a los servicios de salud
y también acceso a la información
que publique el gobierno de cada país.



El COVID 19 es una nueva enfermedad provocada por un virus.
Al ser una enfermedad reciente no existen medicamentos o alguna vacuna para evitarla.

Las personas con discapacidad
tienen más riego de contagiarse de COVID 19
debido a que pueden tener:

- Distintas dificultades para lavar sus manos.
- Dificultad para mantener una distancia física amplia,
  de más de un metro con otras personas
  debido a que requieren ayuda para moverse
  o porque viven en instituciones donde hay más personas.
- Necesidad de tocar las cosas para tener información
  de lo que hay a su alrededor
- Dificultad para moverse o pararse
  sin tocar algún mueble o apoyo.
- Dificultad para acceder a la información pública de salud,
  es decir para cuidar la salud y evitar enfermedades.

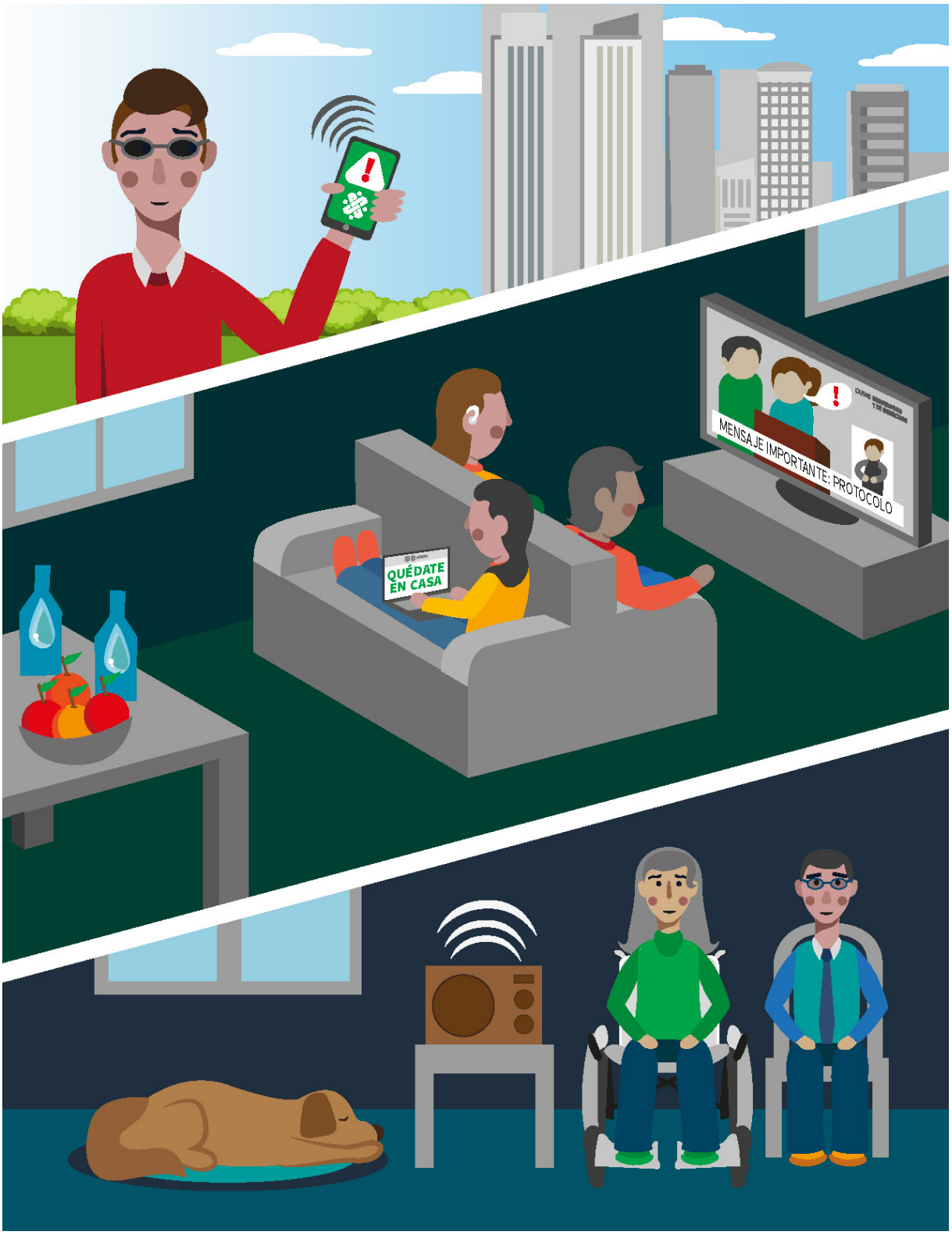
Las personas con discapacidad pueden enfermarse de manera más grave
debido a que:

- La enfermedad del COVID 19 afecta de mayor forma
  a las personas que tienen dificultades para respirar de forma correcta
  o para defenderse de virus o bacterias,
  también afecta a personas con enfermedades del corazón o con diabetes.

- Hay personas con discapacidad que tienen dificultad para tener acceso a los servicios de salud.

  Es posible perjudicar a las personas con discapacidad si los servicios de asistencia social que necesitan dejan de funcionar.

  Las dificultades que enfrentan las personas con discapacidad pueden disminuir sí el gobierno realiza las acciones correctas.


QUÉDATE EN CASA
MENSAJE IMPORTANTE: PROTOCOLO

A. Medidas de acceso a la información y a la comunicación

Toda la información para prevenir el contagio del COVID-19
y las sugerencias para el cuidado personal
estarán en formatos accesibles.
Para eso se sugiere:

- Que la información en video tenga subtítulos.
  La información en internet debe permitir cambiar el tamaño
  y color de las letras.
  Escribir la información en lectura fácil.
- El lenguaje de los mensajes será corto y sencillo.
- La comunicación utilizará lenguaje claro
  utilizando mensajes de voz o texto,
  correo electrónico o cualquier medio que facilite la comunicación.
- La información estará disponible en formatos accesibles impresos o
  electrónicos.
- En los videos habrá un intérprete de Lengua de Señas Mexicana,
  en un recuadro grande en la pantalla
  para ver todas sus expresiones del rostro
  y los movimientos que haga con las manos y el cuerpo.

HOSPITAL
MENSAJE IMPORTANTE: PROTOCOLO
SMS
51515
5
15
15

B. Recomendaciones generales en la atención de salud de las personas con discapacidad

1. Asegurar que la atención para todas las personas con discapacidad sea incluyente y accesible y que el personal de salud les proporcione los apoyos o las adecuaciones necesarias.
2. Tener personal capacitado para atender de manera adecuada a las personas con discapacidad y para brindarles información clara y oportuna que les permita comprender su situación de salud.
3. El personal de salud debe usar los medios necesarios para que la persona con discapacidad tome decisiones libres y con información adecuada sobre su cuidado, el de su familia y las personas o situaciones que lo rodean.
4. Procurar que los consultorios o los lugares donde se aplica la prueba de COVID 19 o se brindan servicios médicos relacionados a la enfermedad sean accesibles.
5. Facilitar que las personas con discapacidad cuenten con una persona de apoyo cuando sean atendidos en algún servicio de salud.
6. Brindar atención médica en el domicilio de la persona con discapacidad, también por mensaje de texto o videoconferencia.
7. Elaborar y difundir información sobre las consecuencias que traerá el COVID 19 en la salud y en la sociedad.

SMS
COVID19
51515

C. Recomendaciones para prevenir el contagio de COVID 19

Personas con discapacidad.

Los hogares en los que vivan personas con discapacidad deben cumplir con las medidas preventivas básicas,
tomando en cuenta las siguientes recomendaciones:

1. Para protegerse del COVID 19, las personas con discapacidad, sus familia y las personas que las ayudan deben:
   - Lavarse las manos con agua y jabón varias veces al día.
   - Usar gel desinfectante varias veces al día.
2. Mantener limpios todos los objetos que usan.
3. Abrir todos los días las ventanas y puertas del lugar donde viven.
4. Tener en un lugar visible, los números de teléfono y direcciones de los familiares y personas que forman parte de la red de apoyo de la persona con discapacidad.
5. Cuando alguna persona con discapacidad se enferme de COVID 19 o sienta que necesita ayuda debido a la enfermedad puede llamar a los siguientes lugares y números de teléfono:
   - Para temas sobre el COVID 19:
     Llamar a la Unidad de Inteligencia Epidemiológica y Sanitaria.
     Teléfono 800 044 800.
   - O enviar un mensaje de texto al número 515 15 anotando la palabra COVID19.
     Aparecerá una lista de preguntas para responder.
     Este es el sistema gratuito de información oficial.

- Para apoyo psicológico:
  Llamar al Consejo Ciudadano para la Seguridad
  y Justicia de la Ciudad de México.
  Teléfono 55 55 33 55 33.

6. Evitar estar en zonas donde haya muchas personas, así como tocar a personas que vivan en otros hogares.
7. Animar a las personas para que llamen o escriban a su familia, amigas y amigos, o personas cercanas para estar en contacto.
8. Ir a hospitales o al médico sólo si es necesario.
9. Comprar o tener suficientes alimentos, productos de limpieza y medicinas para salir de casa lo menos posible.
10. Comer alimentos saludables como fruta y verduras y tomar mucha agua.

Personas de asistencia personal o apoyo.

1. Las personas de asistencia personal o apoyo a las personas con discapacidad deben:

- Lavarse las manos con agua y jabón varias veces al día.
- Usar gel anti bacterial varias veces al día.
- Usar guantes y cubre bocas cuando se acerquen o ayuden a las personas con discapacidad.

2. Si la persona de asistencia personal o apoyo tiene tos, fiebre o algún otro síntoma de la enfermedad, debe:

- Alejarse de la gente y solicitar que vaya a apoyar a la persona con discapacidad.
- Llamar al centro de atención COVID19, al teléfono 800 044 800
- O enviar el mensaje COVID19 al SMS 51515.

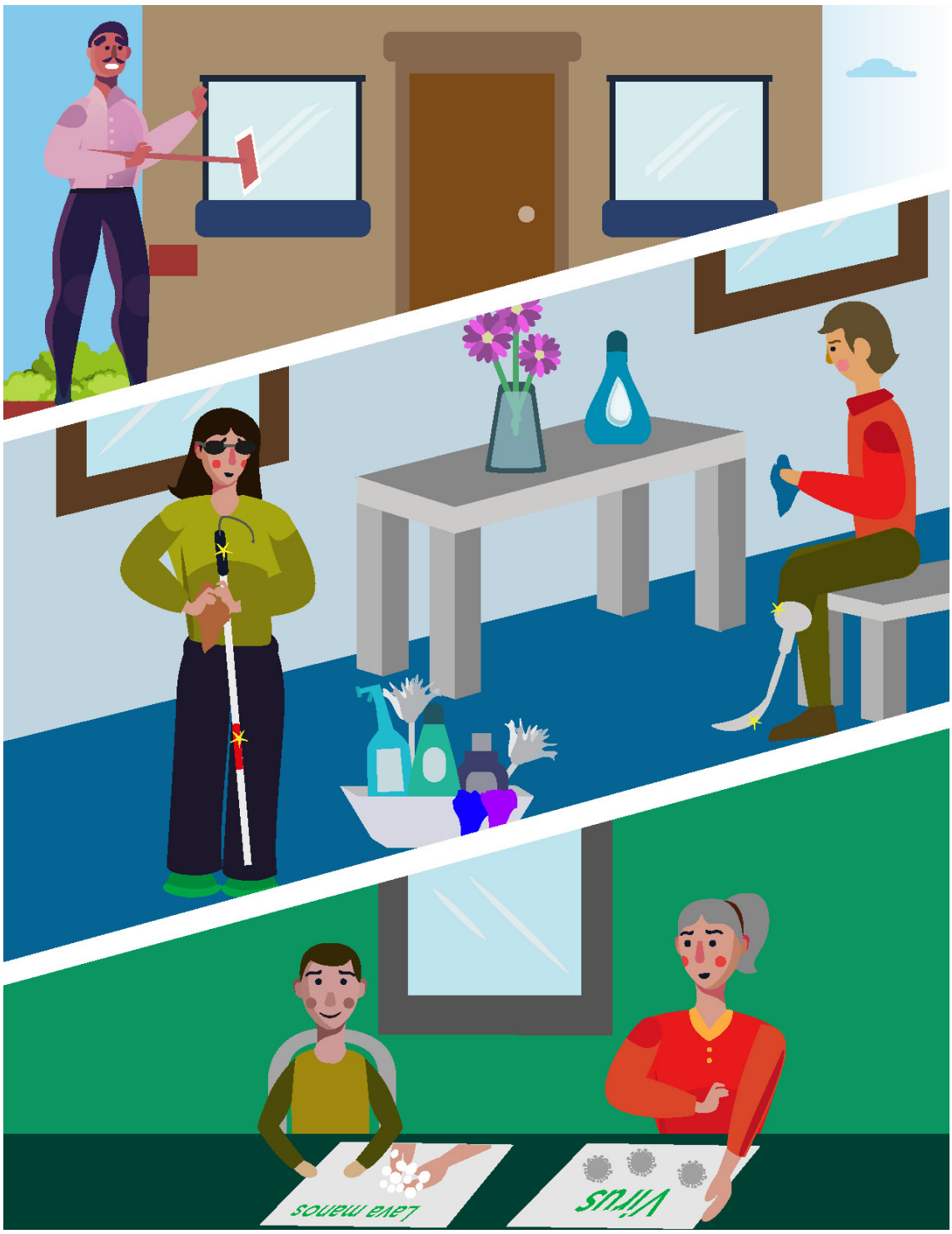
3. Si la persona con discapacidad está en riesgo de estar enferma de COVID 19, llamar al centro de atención para avisar.
   Teléfono 800 044 800.
4. Cuando una persona con discapacidad tenga síntomas de gripa, evitar que otras entren al hogar o habitación donde se encuentra para evitar que se contagien.

Prevención y atención de la salud emocional de las personas con discapacidad.

1. Dar información clara sobre el COVID 19, con los apoyos que la persona necesite
   para comprender y promover los pensamientos positivos.
2. Promover el ejercicio en hogar y actividades que mantengan la mente ocupada, como juegos de mesa.
3. Si la persona se siente muy triste, sin ganas para hacer algo o tiene actitudes agresivas buscar ayuda profesional.

Acciones para limpiar y desinfectar el hogar.

1. Limpiar y desinfectar de manera frecuente los pisos y superficies,
2. que más se usan en el hogar, por ejemplo los muebles.
3. Tirar por separado los guantes, tapabocas y pañuelos desechables usados por la persona con discapacidad
   y que presente enfermedades respiratorias.


Lava manos
Virus

D. Recomendaciones para cada tipo de discapacidad

Para personas con discapacidad visual.

1. Al salir y llegar a casa, limpiar el bastón.
2. Lavar las manos varias veces al día con agua y jabón en especial después de usar el bastón.
3. Limpiar varias veces al día el teléfono celular, el teclado o la pantalla de la computadora.
4. Si la persona con discapacidad visual tiene perro-guía debe:

- Lavar las manos varias veces al día con agua y jabón, en especial después de agarrar el arnés y la correa del perro.
- Limpiar el arnés y la correa del perro al salir y llegar a casa.
- Limpiar al perro-guía con mayor cuidado en especial las patas y la cara.

Para personas con discapacidad auditiva.

1. Evitar tocarse la cara cuando realiza las señas para comunicarse.
2. Lavar las manos con agua y jabón varias veces al día, en especial antes o después de agarrar los aparatos auditivos.
3. Mantener una distancia amplia entre ella y otra persona. En México a esta distancia se le conoce como sana distancia.
4. Solicitar un intérprete de Lengua de Señas Mexicana o usar otro medio de comunicación para recibir información de los doctores o enfermeras.
5. Las personas que necesiten comunicarse con una persona sorda evitarán usar tapabocas para que puedan verles la cara.

Para personas con discapacidad intelectual.

1. Explicar por qué es importante lavarse las manos o usar gel anti bacterial varias veces al día.

2. Explicar por qué es necesario mantener una distancia amplia entre una persona y otra persona.
3. Dar información sobre el COVID 19 en formatos accesibles como lectura fácil o por medio de imágenes

Para personas con discapacidad motriz o física.

1. Limpiar varias veces al día cualquier objeto que utilice para caminar o desplazarse, en especial al salir y al llegar a casa.
2. Evitar que cualquier persona toque los elementos que usan para caminar o desplazarse.
3. Las personas que usan sillas de ruedas deben usar guantes para mover su silla y desplazarse.
4. Lavar las manos varias veces al día, en especial antes o después tocar algo que pueda estar contaminado.

Personas con discapacidad psicosocial.

1. Mantener el tratamiento farmacológico o medicamento que usualmente toma la persona.
2. Recibir apoyo o acompañamiento respetando las medidas de aislamiento como el uso de cubrebocas o mantener una distancia amplia entre persona y persona.
3. Mantener la comunicación con familiares y amigos.
4. Evitar cambios inesperados en las actividades que hace de manera diaria y mantener las que realiza con frecuencia.

Referencias bibliográficas

Consideraciones relativas a la discapacidad durante el brote de Covid-19, **Sitio Oficial de la Organización Panamericana de la Salud**

Comunicado Técnico Diario Nuevo Coronavirus en el Mundo (Covid-19), 20 de marzo de 2020, **Portal Oficial del Gobierno de México, área de prensa de la Secretaría de Salud**

Jornada Nacional de Sana Distancia, **Documento PDF de la Jornada Nacional de Sana Distancia, publicado el 23 de Marzo de 2020**

Observación General número 7 del Comité sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad de la ONU, **Sitio Oficial de las Naciones Unidas, comité sobre los derechos de las personas con discapacidad**

Observación General número 5 del Comité sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad de la ONU, **Documento PDF de la Oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Derechos Humanos**

Acuerdo mediante el cual el Pleno del Instituto Federal de Telecomunicaciones aprueba y emite los Lineamientos Generales sobre la Defensa de las Audiencias, **Documento PDF del Acuerdo de los Lineamientos Generales sobre la Defensa de las Audiencias**

Acuerdo por el que se establecen las medidas preventivas que se deberán implementar para la mitigación y control de los riesgos para la salud que implica la enfermedad por el virus SARS-CoV2 (Covid-19), 24 de marzo de 2020, **DOF 24 de Marzo de 2020**

Agradecimiento a las organizaciones de la sociedad civil por sus valiosos comentarios para enriquecer este documento

Coalición México por los Derechos de las Personas con Discapacidad (COAMEX), Guillermo Hernández Martínez, Secretario Técnico

Confederación Mexicana de Organizaciones en favor de la Persona con Discapacidad Intelectual (CONFE) Taide Buenfil Garza, Ernesto Rosas Barrientos y Gabriela Martínez Olivares

En Primera Persona A.C., Cecilia Guillén Lugo

Fundación Humanista de Ayuda a Discapacitados (FHADI) I.A.P., Lourdes Sarvide Álvarez Icaza

Inclúyeme, Enrique Grapa Markuschamer

Libre Acceso, A.C., Laura Bermejo Molina

Movimiento Tres Doce Presidenta, Lourdes Sarvide Álvarez Icaza y Presidente, Federico Núñez

Representante de Norteamérica (México, Estados Unidos y Canadá) para la Asociación Mundial de Intérpretes (WASLI) y Presidente Honorario de la Asociación de Intérpretes y Traductores de Lengua de Señas de la República Mexicana, A.C. (AITL-LS), Eduardo Daniel Maya Ortega

lectura fácil MÉXICO

Intervención elaborada por Lectura Fácil México

#QuédateEnCasa