



**Departamento de
Seguros de Texas**

Guía de Recursos sobre Procedimientos de Emergencia para Empleados Discapacitados en las Oficinas



Provisto por

la División de
Compensación para
Trabajadores

HS04-012C (8-07)

Contenido

Introducción.....	4
<i>Detección</i>	
<i>Notificación</i>	
<i>El Trasladarse</i>	
<i>Cómo Proceder</i>	
Planeación.....	5
<i>Identificación de Necesidades Especiales</i>	
<i>Consulta con el Individuo</i>	
<i>Hágalo por Escrito</i>	
<i>Reexaminación Periódico</i>	
Equipo/Aparatos Especiales.....	6
<i>Aparatos de Notificación</i>	
<i>Señales Tactiles – Texto en Relieve y Braille</i>	
<i>Señales Audible Direccionales</i>	
<i>Sistemas Audibles para Peatones</i>	
<i>Ayuda/Equipo de Movimiento</i>	
<i>Sistemas Instalados Permanentemente</i>	
<i>Aparatos de Ayuda de Evacuación</i>	
<i>Elevadores</i>	
<i>Aparatos Variados</i>	
<i>Edificios con Sistemas de Rociadores Automáticos</i>	
<i>Áreas de Refugio/Ayuda de Rescate</i>	
El Proporcionar Ayuda	8
<i>El Identificar a las Personas con Necesidades</i>	
<i>Sistemas de Compañerismo y de Encargado de Piso</i>	
<i>Técnicas de Ayuda Espontánea</i>	
<i>Impedimentos de Vista</i>	
<i>Sugerencias al Ayudar a Dueños de Guías Mascotas</i>	
<i>Problemas de Audición</i>	
<i>Problemas de Aprendizaje</i>	
<i>Problemas de Movilidad</i>	
<i>Técnicas de Cargar</i>	
<i>Técnica de Cargar de una Sola Persona</i>	
<i>Técnica de Cargar de dos Personas – el Columpio o Silla</i>	
<i>Para Ayudar a Bajar una Silla de Ruedas por una Escalera</i>	
<i>Otros Impedimentos</i>	
<i>Coordinación con el Departamento de Bomberos</i>	
Después de las Horas de Trabajo	11

Procedimientos de Emergencia para Empleados Discapacitados en las Oficinas

Introducción

Cada vez más las personas con discapacidades se están integrando a la corriente principal de la sociedad, contribuyendo a la diversidad que ha sido la fuerza de este país. Es apenas justo que se les proporciona el mismo nivel de seguridad que el resto de la sociedad, tal y como está mencionado en la Ley sobre Americanos con Discapacidades (ADA, por sus siglas en inglés).

El equipo y procedimientos existen que pueden proporcionar tal seguridad para cualquier persona con una discapacidad que no es tan severa que impida la capacidad de trabajar. Los puntos clave para encontrar la mejor solución para su edificio son primero, recordar que cada persona tiene habilidades y limitaciones únicas, y los sitios deben ser ajustados a la medida de sus necesidades y segundo, incluir a la persona involucrada en las decisiones sobre cual equipo y procedimientos les servirán y proporcionarles la confianza de que estarán protegidas.

Es la responsabilidad de todos los empleadores proporcionar un lugar de trabajo seguro para todos los empleados. Los empleados discapacitados tienen derecho del MISMO nivel de seguridad que todos los demás (ni más ni menos). El “ajuste razonable” requerido en la ADA tiene el propósito de proporcionar este mismo nivel de seguridad y utilidad que se proporciona a todos. Además, no podemos predecir cuando cualquier de nosotros tal vez necesitemos ayuda, como en el caso de una pierna fracturada o el desarrollo de una enfermedad cardíaca.

El principio subyacente en el proporcionar seguridad contra incendios y humo en los edificios es el de la salida segura: el traslado eficiente de los ocupantes de un edificio a un área segura, generalmente afuera del edificio. Esto depende de varios pasos. Primero, tenemos que asegurar la detección de incendios antes de que puedan interferir con el traslado de las personas. Luego, hay que avisar a las personas que existe un peligro posible y que debe comenzar la evacuación a un punto predeterminado de seguridad. Tercero es el traslado de las personas por los espacios del edificio a una salida protegida por la cual pueden salir del edificio.

Las técnicas para detectar, avisar, y trasladarse generalmente son apropiadas para cualquiera en cualquier situación, pero hay algunas excepciones. Por ejemplo, se requieren consideraciones especiales tratándose de la “movilidad limitada” de los pacientes en instalaciones de cuidado de la salud y las “limitaciones impuestas” en los ocupantes de las prisiones. Ambas de estas instalaciones requieren consideraciones especiales tratándose del traslado, o un nivel mayor de protección (tal como “defend-



erse en sitio”), que no requiere del trasladarse. Para otros edificios, la presencia de individuos con discapacidades temporeras o permanentes necesita de planeación adicional.

El propósito de esta guía es proporcionar información a gerentes de instalaciones y puede ser útil para aquellos individuos quienes tal vez necesiten ayuda especial al avisarse de una situación de emergencia y/o al evacuar un edificio. La información incluye tanto ejemplos de equipo disponible como sugerencias sobre procedimientos y comentarios sobre algunas de las ventajas y desventajas. Al comenzar con la misma información, se puede discutir opciones, y puede que se haga una decisión sobre el mejor enfoque para satisfacer las necesidades del individuo. Esta discusión es un paso crítico debido a que las capacidades y limitaciones de cada persona son únicas, así que para ser efectivo se tiene que diseñar planes que cumplen con las necesidades del individuo.

Detección

Generalmente la detección de incendios se hace con sistemas automáticos que no necesitan de intervención humana. Usualmente no se requiere ajuste especial para las personas discapacitadas.

Una excepción es cuando se proporcionan sistemas manuales en los edificios por los cuales las personas pueden iniciar una alarma de incendio si descubren uno antes de ser detectado por el sistema automático. En años recientes, se han revisado los códigos para estipular que estos sistemas manuales se instalen a una altura que esté dentro del “área de alcance” de entre 45 pulgadas y 54 pulgadas para la persona en una silla de ruedas. Los gerentes de facilidades deben también considerar que no todas las personas tienen la fuerza o destreza para hacer funcionar algunos de los aparatos manuales (por ejemplo, las personas con artritis o tetraplegía).

Notificación

Notificación se refiere al proceso de informar a los ocupantes que existe una emergencia y que hay que tomar alguna medida. En la mayoría de los casos, esta medida es simplemente evacuar, y la cantidad de información a proporcionar es solamente eso. Tradicionalmente, la notificación de una emergencia ha sido realizado con aparatos audibles, que son eficaces para todos menos los que tienen problemas auditivos. Recientemente, aparatos visibles (luces estroboscópicas de alta intensidad) se usan junto con los aparatos auditivos para ampliar el campo de eficacia de notificación.

En edificios más grandes, la evacuación de emergencia tal vez involucre el trasladarse a un área segura adentro del edificio o evacuación por secuencia por piso o área para no sobrecargar las escaleras. En tales casos, la cantidad de información que tiene que proporcionarse a los ocupantes es mucho más. Típicamente esto se hace de forma audible, mediante sistemas de emergencia de altavoz. Estos son efectivos para todos menos aquellos con problemas auditivos donde las imágenes de texto (monitores de televisión o señales desplazadoras de texto) se sitúan por todo el edificio, o aparatos portátiles (buscapersonas táctiles o vibratorias) se han utilizado eficazmente.

El Trasladarse

Sin lugar a dudas, el campo más grande de necesidades especiales existe en el área del traslado de personas a áreas seguras. Las personas que usan sillas de ruedas o con otras discapacidades obvias de movilidad vienen de inmediato a la mente; pero hay muchos quienes tal vez no aparenten estar discapacitado pero necesitarán algo de ayuda especial.

Condiciones permanentes tal como artritis o condiciones temporeras tales como un tobillo torcido o pierna fracturada puede limitar la capacidad de uno en poder evacuar rápidamente y con seguridad. Las enfermedades cardíacas, enfisema, asma, o el embarazo puede reducir la resistencia al punto de requerir ayuda al bajar muchos tramos de escaleras.

Un desafío enorme es el identificar a aquellos individuos quienes tal vez necesiten la ayuda especial. Considere a las personas con enfisema, asma, y otras condiciones respiratorias quienes tal vez hagan bien en los simulacros pero entonces experimentan problemas en una situación real de emergencia, como se aprendió en la evacuación del Centro de Comercio Mundial que resultó del atentado en febrero del 1993. Las personas con problemas respiratorios quienes fueron entrevistadas describieron el terror que sintieron al enfrentarse con la cruda realidad del esfuerzo extremo requerido para escaparse por los muchos tramos de escalinatas en las torres desconocidas y llenas de humo. También explicaron que antes de esa evacuación de emergencia, ellos nunca se consideraron con discapacidades que los calificarían como posibles candidatos para incluirse en los planes de evacuación de emergencia para personas requiriendo ayuda especial.

Cómo Proceder

Siempre habrá alguien que necesitará algo de ayuda especial en caso de un incendio u otra emergencia que requiere la evacuación. Por consiguiente, es esencial identificar a estos individuos, nunca perdiendo de vista el hecho de que algunas de estas personas tal vez no reconozcan su propia necesidad de ayuda. Adicionalmente, hay que tener en cuenta a los visitantes presentes en el edificio.

Una vez identificados, los individuos deben consultarse sobre sus limitaciones específicas y cómo mejor proporcionar ayuda.

Finalmente, se debe discutir y seleccionar los métodos de ajuste y los aparatos de ayuda. Esto es necesario para asegurar una segura evacuación de emergencia del edificio para el individuo discapacitado.

El resto de esta guía va con el fin de presentar la variedad de medidas posibles para acomodar las necesidades especiales junto con las ventajas y desventajas. De esto, se espera que la administración de instalaciones y los individuos afectados puede tomar una decisión más informada respecto a cual medida daría el mejor resultado para las condiciones específicas presentes. Todos los involucrados deben trabajar con un entendimiento común de las opciones para que se puede llegar a una óptima solución.

Planeación

La identificación de aquellos con necesidades especiales

Aunque La Ley sobre Estadounidenses con Discapacidades del 1990 (ADA, por sus siglas en inglés) no exige planes formales de emergencia, los Títulos I y III requieren que las políticas y procedimientos de los sitios públicos se modifiquen para incluir a las personas discapacitadas. El plan de emergencia del complejo, que tal vez ya tenga previsiones para individuos con movilidad limitada, ahora tiene que incluir todas las demás clasificaciones de discapacidades tal como están en la ADA.

Estas incluyen a:

- Los individuos con diferentes grados de problemas de movilidad, comprendiendo a los que caminan despacio a los que usan sillas de ruedas.
- Los individuos con problemas de vista que tal vez necesiten ayuda especial al aprender las rutas de evacuación de emergencia o ayuda al bajar escaleras de salida.
- Los individuos con problemas de audición que tal vez necesiten que se modifiquen las alarmas audibles normales.
- Los individuos con problemas temporarios debido a la recuperación de serias condiciones médicas tales como derrame cerebral o lesiones traumáticas tales como una pierna fracturada o tobillo torcido o cirugía tal como el reemplazo de rodilla o cadera.
- Los individuos con condiciones médicas tales como problemas respiratorios o el embarazo, quienes tal vez se cansen con facilidad, necesitan ayuda especial o más tiempo para evacuar.
- Los individuos con problemas mentales quienes tal vez lleguen a confundirse al ser retado con la actividad inusual durante una emergencia, a perder su sentido de orientación, o tal vez requerir instrucciones de emergencia divididas en pasos sencillos o conceptos básicos.

Otras poblaciones que se necesitan considerar, tales como los visitantes o clientes con niños quienes necesitan más tiempo para evacuar por las escaleras, o los empleados que trabajan

fuera de las horas normales de trabajo. Todos estos individuos necesitan tener previsiones o contingencias especiales incluidas en el plan de emergencia para su protección.

Consulta con el individuo

Mantenga en mente que alguien con una discapacidad permanente o mayor generalmente sabe la mejor manera de ayudarlo. Unos minutos invertidos en pláticas con el individuo rendirán información importante. Las personas que proporcionan ayuda deben educarse en cómo ayudar sin lastimarse a ellas mismas o a otras personas. Esto es especialmente pertinente si alguien necesita ser levantado o cargado.

Hágalo por escrito

Identifique y planee para los tiempos (del día y de la semana) junto con los lugares en el sitio de trabajo donde no se han aplicado los planes básicos de seguridad de vida o de contingencias de emergencias o, debido a algún otro factor, donde tal vez no den resultado.

Reexaminación periódica

Técnicas innovadoras de educación tales como los juegos de roles o el uso de soporte audio-visual tal vez sean más efectivas que los métodos más tradicionales de deseminación de información que se han usado en el pasado. Practique al usar los elementos de secciones II y III que se seleccionaron como apropiados para su sitio de trabajo. La práctica inculcará confianza en las habilidades de uno de defenderse en una emergencia. Asimismo hará más que cualquier otra cosa para asegurar que pasos apropiados de socorrismo se tomarán durante una emergencia verdadera.

La práctica consta de tres tipos de actividades – los procedimientos de ensayo, los simulacros anunciados o los simulacros de sorpresa.

Los procedimientos de ensayo

Practique individualmente y por separado las partes de un plan. Así se puede enfocar los esfuerzos en las partes individuales y los individuos particulares que necesitan de práctica más amplia. Los miembros de una organización de respuesta a emergencias (por ejemplo, los encargados de la lucha contra incendios) sería candidatos ideales para esta práctica. Esto también es una manera de introducir a los empleados recién contratados del sitio de trabajo a partes importantes del plan.

Simulacros anunciados

Igual que los procedimientos de ensayo, estos simulacros van más con fin de capacitar que de evaluar. Tales simulacros ayudarán a identificar actividades cruciales de coordinación y enlaces de comunicación.

Simulacros de sorpresa

Practique raramente estos simulacros. Dependiendo de la situación, pueden hacerse una o dos veces al año. Los simulacros de sorpresa deben involucrar algunos elementos realísticos (por

ejemplo, salidas bloqueadas).

Raramente se ha reportado el pánico, en los simulacros o en emergencias verdaderas.

Equipo/Aparatos Especiales

Aparatos de Notificación

Los problemas con la audición constan la discapacidad que más afecta el proceso de notificación de una condición de emergencia. Los problemas de la audición pueden variar de una pérdida ligera de audición a un extremo de sordura profunda, el nivel en el cual los individuos no reciben beneficio de información auditiva.

Muchas personas con problemas auditivos pueden usar los vestigios de su oído eficientemente con ayuda de audífonos u otros aparatos de amplificación de sonido, frecuentemente aumentado al leer labios.

Sin embargo, los audífonos también pueden amplificar ruido de fondo, y los sonidos de las alarmas de emergencia pueden interferir con y hasta ahogar los anuncios vocales de un sistema de comunicación vocal de emergencia.

Los sistemas usados para notificación de emergencias tienen que cumplir con UL1971, la Ley de Aparatos de Señales de Emergencia para las Personas con Problemas de Audición de los Laboratorios de Aseguradores. Los aparatos de señales descritos en la ley UL1971 se diseñan para alertar a las personas con problemas de audición mediante el uso de luces, vibraciones, y movimiento de aire.

Muchos hoteles ponen un anuncio en la recepción para que sepan los huéspedes sordos o con problemas de audición que hay cuartos disponibles con luces estroboscópicas.

En algunos edificios de gobierno, los empleados sordos o con problemas auditivos han sido equipados con buscapersonas táctiles/vibratorias para avisarles al activar una alarma de incendios.

Los encargados de instalaciones y servicios quienes desean proporcionar equipo de asistencia para sillas de ruedas para el uso de visitantes pueden recibir ayuda en la selección de aparatos apropiados de uno de los grupos en la sección de Recursos.

Señales táctiles – texto en relieve y Braille

Señales en Braille se han instalado en algunos lugares en edificios para ayudar a los individuos con problemas de vista. Tal vez estos símbolos en relieve se hayan visto en los paneles de control de los elevadores. El problema al usar tales rótulos para señalar puertas de salida es que la persona necesita estar junta a la puerta para sentir el rótulo. Por lo tanto, no proporcionan ninguna asistencia direccional de cómo encontrar la puerta para empezar.

Señales audible direccionales

Las señales audibles direccionales constan una manera de

informar a los individuos con problemas de vista de lo que necesitan saber de sus entornos.

Instrucciones audibles direccionales se transmiten mediante ondas de radio de baja potencia o por rayos infrarrojos. Las señales/instrucciones son recibidas por un receptor que tiene el individuo (por ejemplo, “la salida está a 25 pasos al sur de la recepción,” o simplemente “escaleras”, “baños”, o “elevador”).

Sistemas audibles para peatones

Las señales de tráfico de peatones es otro ejemplo de señales audibles. Estas hacen sonidos de cucú y pian para alertar a los peatones a cambios en las señales de tráfico. Pero estos aparatos tienen algunas limitaciones inherentes para aquellas personas con discapacidades de aprendizaje. No se usan actualmente en los sistemas de salidas de emergencia en los edificios, aunque existen señales de salida que relampaguean y que hacen sonar una alarma interna al activarse por el sistema anti-incendios del edificio.

Ayuda/equipo de movimiento

Otra área donde impacatan las discapacidades en las salidas de emergencia es los individuos con problemas de movilidad. Se asocia esto con más frecuencia a los usuarios de sillas de ruedas. Aquí debemos estar muy conscientes al hecho de que las sillas de ruedas representan la movilidad y muchas veces están ajustadas para acomodar las necesidades específicas del usuario.

Sistemas instalados permanentemente

Hay varios tipos de aparatos para controlar descenso que pueden instalarse permanentemente en las escaleras para acomodar a los usuarios de sillas de ruedas. En algunos, el individuo se pasa de la silla de ruedas a la silla portátil de descenso controlado. Algunos modelos permiten que una persona relativamente pequeña transporte a una persona más grande mientras, con otros aparatos, los individuos idealmente deben pesar más o menos lo mismo. Estas sillas se diseñan para bajar escaleras en rieles especiales con sistemas de frenos de fricción, ruedecitas u otros mecanismos para controlar la velocidad del descenso.

Otro tipo de aparato de descenso controlado se diseña para que la silla de ruedas se pase al aparato de transporte y se sujeta al aparato. Esto tiene la ventaja que el usuario de la silla de ruedas no tiene que separarse de la silla – una situación que será más cómoda y tranquilizadora.

El ascensor de sillas de ruedas es un aparato motorizado diseñado para instalarse en una escalera. Los ascensores verticales de sillas de ruedas son diferentes a los elevadores en que están limitados en distancia vertical, no están encerrados, y no pasan por los pisos. Estos ascensores originalmente eran para las residencias privadas, pero hoy en día se usan en los asilos para ancianos, las iglesias y edificios públicos.

Siempre consulte al usuario de la silla de ruedas para seleccionar una silla de evacuación de emergencia. Las ventajas y desventajas de estos aparatos dependen de las capacidades, la aprobación, y el acuerdo del usuario. El éxito o fracaso de las sillas de evacuación generalmente puede atribuirse al hecho de que no se consultó al usuario acerca de la selección de equipo. Sillas que no se ajustan a las necesidades físicas del usuario crean problemas que pueden llevar a una negativa a usarlas en una emergencia.

Aparato de ayuda de evacuación

Un aparato de tres personas para ayudar a cargar sillas de ruedas, llamado “Evac-u-Straps”, fue diseñado por un usuario de silla de ruedas. Está compuesto de anchas correas acolchadas de piel con cierres de velcro y con grandes ganchos de metal. Los ganchos se diseñan para afianzarse a ambos lados

de la silla de ruedas. Personas en los dos lados de la silla de ruedas agarran las correas con la ayuda de una tercera persona atrás y mantienen la silla de ruedas inclinada ligeramente hacia atrás. El usuario de la silla de ruedas ayuda al frenar las ruedas con las manos.

Elevadores

La mayoría de las personas reconocen que los elevadores no se deben usar para salidas de emergencia y así están indicados en la mayoría de los edificios. Los códigos de elevadores estipulan que cuando se activan los detectores de humo en los vestíbulos, los elevadores bajan al primer piso (si es que el detector de humo del primer piso no fue él que se activó) y salen de

servicio. El departamento de bomberos puede hacer funcionar el elevador con una llave especial y tal vez lo usen para transportar a su personal y equipo, o para evacuar residentes. Esto quiere decir que sin el departamento de bomberos, las personas discapacitadas están relegadas a las escaleras o a tener que esperar rescate.

En los años recientes (especialmente desde el atentado contra el Centro Mundial de Comercio en el 1993), ha habido un aumento de interés en el proporcionar elevadores que pueden usarse para evacuaciones de emergencia. Un estudio realizado por el Instituto Nacional de Estándares y Tecnología (NIST, por sus siglas en inglés) para la Administración de Servicios Generales (GSA, por sus siglas en inglés) encontró que el uso de ambas escaleras y elevadores puede mejorar el tiempo de evacuación el 50 por ciento comparado con el usar solamente las escaleras.

Sin embargo, los elevadores que se usan para evacuaciones de emergencia necesitan diseñarse especialmente para asegurar su fiabilidad y seguridad durante un incendio. Investigaciones de la NIST han mostrado que, con vestíbulos encerrados en cada piso que están presurizados por el hueco del elevador para que los dos permanecen libres de humo, sistemas dobles de energía



para fiabilidad, y componentes resistentes al agua para prevenir fallas debido a inundaciones del agua contra incendios, es factible diseñar elevadores suficientemente seguros para permitir el uso continuo para evacuaciones de emergencia. (Feasibility of Fire Evacuation by Elevators at FAA Control Towers, NISTIR 5445, 1994.)

Aparatos variados

Varios aparatos únicos de escape se han diseñado con los años. Estos incluyen aparatos de descenso controlado con cables y ductos de varios tipos. Los aparatos con cables generalmente utilizan una correa o silla asegurada al cable por un aparato que se apriete para permitir descenso. Mientras más se apriete, más rápido se baja. El soltarlo para el descenso del usuario. La mayoría de las personas se resisten a evacuar por las paredes exteriores de un edificio.

Los ductos pueden ser tubos de tela sólidos o flexibles que generalmente dependen de la fricción para controlar velocidad. Tienen la ventaja que no permiten que el usuario vea para afuera, así que son más aceptables que los aparatos de cables. Sin embargo, su aprobación en práctica en este país ha sido limitado.

Hay poca información disponible tocante al desempeño de estos aparatos en situaciones de emergencia. Estos aparatos exclusivos y especializados generalmente tienen deficiencias serias. (Egress Procedures & Technologies for People with Disabilities. Final Report of a State of the Art Review with Recommendations for Action, ATBCB 1988.)

Edificios con sistemas de rociadores automáticos

En un estudio de áreas de refugio realizado de la NIST para la GSA, se concluyó que el funcionamiento de un sistema de rociadores debidamente diseñado y mantenido elimina la amenaza a la vida a los inquilinos de edificios no obstante sus capacidades individuales y proporciona protección superior a las personas discapacitadas. Los sistemas de rociadores proporcionarán, en la mayoría de las circunstancias, protección para permitir una evacuación que se limita al área bajo amenaza inmediata del incendio. En los edificios con rociadores probablemente sería apropiado poner más énfasis en el entendimiento de la protección brindada o proporcionada con los rociadores y en una evacuación limitada mediante salidas horizontales en oposición a una evacuación total del edificio.

Desde luego, aunque son fiables a un 95 por ciento, hay una pequeña posibilidad que el sistema de rociadores falla en extinguir el incendio. Para estas posibilidades, tiene que haber planes de contingencia para proporcionar ayuda de evacuación para todos los inquilinos, incluyendo aquellos que necesitan ayuda especial.

Área de refugio/ayuda de rescate

Aún en los edificios equipados con sistemas de rociadores se recomienda proporcionar áreas de refugio. Existe la pequeña

posibilidad de que el sistema de rociadores falla en apagar el incendio y existe el problema de propagación de humo. Es muy posible que una persona discapacitada se quede abandonada y vencida por el humo antes de que llegue el personal de rescate, dada la dificultad de localizar a alguien en un edificio lleno de humo. Para estas posibilidades, tiene que haber planes de contingencia para proporcionar ayuda de evacuación para todos los inquilinos, no solamente los que necesitan ayuda especial.

El proporcionar ayuda

El identificar a las personas con necesidades especiales

Antes de poder proporcionar ajustes especiales, hay que identificar a las personas quienes los necesitan. Una estrategia es el mantener y poner al corriente una lista de individuos que necesitan ayuda como parte del plan de emergencia del edificio. Durante el proceso de orientación al comienzo del empleo es el momento para empezar a enfatizar la importancia de determinar si un individuo necesitará de ayuda especial. Desde luego, ya que cambian las condiciones y una persona puede discapacitarse de manera temporera, este sistema necesita ser flexible.

Tales listas tienen que ser accesibles por parte del personal de emergencia para ayudar en la evacuación de emergencia. Pero se debe entender que hay muchos individuos que quieren proteger sus derechos de independencia y privacidad y que tal vez resisten que sus nombres estén en una lista. Algunas categorías de discapacidades se reconocen con facilidad y en estos casos los individuos pueden consultarse sobre lo que se puede hacer para ayudarlos en una evacuación de emergencia.

En el desarrollo de procedimientos de emergencia, es importante tratar al individuo como uno que por casualidad tiene una discapacidad en particular, y no cometer el error de agrupar juntas a todas las personas discapacitadas. Hay algunos planes de emergencia (y códigos en los cuales están basados) donde todas las personas discapacitadas son dirigidos al área de ayuda de rescate para esperar a los miembros del equipo de emergencia para llevarlos a un lugar seguro. Como regla general, no hay razón por la cual los individuos ciegos o sordos no pueden usar las escaleras para salvarse independientemente con tal de que se puede avisarles de la necesidad de evacuar y pueden encontrar la escalera.

Una de las lecciones aprendidas de entrevistas con personas discapacitadas tras el atentado contra el Centro de Comercio Mundial en febrero del 1993 fue que, antes del incidente, algunas de las personas discapacitadas dijeron que, por razones de privacidad o porque ellos sintieron que no necesitaban ayuda especial, habían optado no identificarse ser entre aquellos nombrados como discapacitados en el plan de administración de emergencias. Se dieron cuenta después del incidente que de hecho necesitaban ayuda y que no se habían dado cuenta cuan vulnerables eran fuera de las horas hábiles normales cuando había pocos compañeros por ahí para proporcionar tal ayuda.

Sistemas de compañerismo y de encargado del piso

Los sistemas de compañerismo son muy aceptados y usados, pero tienen algunas fallas o defectos. Al establecer tal sistema en el sitio de trabajo, considere las siguientes áreas posiblemente problemáticas y soluciones potenciales.

Para ser efectivo, la persona y el compañero tienen que poder comunicarse rápidamente uno con el otro al serlo necesario.

Situaciones que pueden impedir esto incluyen:

- El compañero está en el edificio, pero fuera del área normal de trabajo.
- El compañero no puede localizar a la persona discapacitada porque está fuera del área normal de trabajo.
- El empleado discapacitado está trabajando tarde, etc., cuando el compañero no se encuentra.
- El compañero ya no trabaja por la empresa y todavía no se nombra uno nuevo.
- El compañero no ha sido capacitado en lo que hay que hacer o en cómo ayudar.
- El compañero no es el adecuado (por ejemplo, no es lo suficiente fuerte).
- El compañero no es aceptable al empleado discapacitado.
- El compañero olvida o se asusta y abandona al empleado discapacitado.

Ahora, considere las soluciones siguientes:

- Asigne por lo menos dos compañeros quienes son colegas. Alerta al encargado del piso sobre la localización de trabajo de la persona discapacitada.
- Si el compañero no puede localizar a la persona asignada, debe avisar al encargado del piso. Se podría proporcionar buscaperonas a los empleados.
- Los empleados discapacitados deben identificarse a los oficiales en el centro de control de emergencias al estar en el edificio después de hora. Los oficiales coordinan respuestas inmediatas de emergencia; llamando al empleado y alertando al servicio de respuesta a incendios.
- Se puede responsabilizar a los empleados discapacitados en la selección de sus propios compañeros; los repasos bimestrales de los planes de emergencia deben incluir la revisión del estado de los compañeros.
- El empleado discapacitado capacita al compañero tan pronto como se reclute.
- Se le aconseja al empleado discapacitado seleccionar solamente a aquellos compañeros quienes sean capaces. Se requieren sesiones de práctica para asegurar que los compañeros sean capaces de llevar sus tareas asignadas.

- Se les aconseja a los empleados discapacitados seleccionar solamente a amigos/colegas como compañeros.

Técnicas de ayuda espontánea

Impedimentos de vista

Al ayudar a personas con problemas de vista hay algunas reglas básicas que seguir para ser eficaz.

- Anuncie su presencia; hable y después entre al área de trabajo.
- Hable naturalmente y directamente al individuo y NO por terceros. No grite.
- No tenga miedo de usar palabras como “vea”, “mire”, o “ciego”.
- Ofrezca ayuda pero deje que la persona explique la ayuda que necesita.
- Describa por adelantado la acción que se va a tomar.
- Deje que el individuo agarre ligeramente su brazo u hombro para guiarse. Él/ella tal vez escoja caminar un poco atrás de uno para evaluar las reacciones de su cuerpo a obstáculos; asegure mencionar escaleras, puertas, pasillos estrechos, rampas, etc.
- Al guiar a la persona a sentarse, ponga su mano en el respaldo de la silla.
- Al guiar a varios individuos con problemas de vista al mismo tiempo, pida que se cojan de la mano.
- Debe asegurarse que después de salir del edificio los individuos con problemas de la vista no se abandonen sino se lleven a un lugar seguro, donde un(os) colega(s) debe quedarse con ellos hasta terminar la emergencia. Otra de las lecciones aprendidas del incidente del Centro de Comercio Mundial involucra las quejas de inquilinos ciegos quienes, después de haber sido acompañados fuera del edificio, fueron dejados bruscamente en lugares desconocidos en medio de una tormenta de hielo, donde tuvieron que negociar por banquetas cubiertas de hielo y vidrios cayendo de encima.

Sugerencias al ayudar a dueños de guías mascotas

- No acaricie el perro ni le ofrezca comida sin el permiso del dueño.
- Al llevar puesto el perro su arnés, está de guardia; si usted no quiere que el perro guíe a su dueño, haga que el dueño quite el arnés del perro.
- Planee evacuar el perro junto con el dueño.
- En caso de que a usted le piden que se ocupe del perro al ayudar al individuo, se recomienda que usted (el ayudante) agarre la correa y no el arnés del perro.

Problemas de Audición

Al ayudar a personas con problemas de audición, también hay

algunas cosas que llevar en mente. Estos incluyen:

- Déle al interruptor de las luces para llamarle la atención a la persona.
- Establezca contacto visual con el individuo, aún si está presente un intérprete.
- Oriéntese hacia la luz, no cubra la cara y no se voltée, y nunca mastique goma de mascar.
- Use expresiones y gestos con las manos como claves visuales.
- Verifique si a usted le han entendido y repita si es necesario.
- Ofrezca lapiz y papel. Escriba despacio y deje que el individuo lea mientras usted escribe. Comunicación por escrito puede ser especialmente importante si es que no se le entiende el hablar del individuo.
- No permita que otros interrumpen o broméen al comunicar la información sobre emergencias.
- Sea paciente, el individuo tal vez tenga dificultad en entender la urgencia de su mensaje.
- Proporcione al individuo una lámpara de pilas para señalar su posición en el evento de que se aparte del equipo de rescate o del compañero y para facilitar la lectura de labios en la oscuridad.

Problemas de Aprendizaje

Las personas con problemas de aprendizaje tal vez tengan dificultad en reconocer o en motivarse a actuar en una emergencia por rescatadores no capacitados. Tal vez tengan también dificultad en responder a instrucciones que involucran más que un número pequeño de acciones sencillas. Su percepción visual de señales o instrucciones por escrito puede confundirse.

Algunas sugerencias para ayudar a tales personas incluyen:

- Su sentido de direcciones puede ser limitado, requiriendo que alguien los acompañe.
- Instrucciones o información tal vez tenga que dividirse en pasos sencillos. Sea paciente..
- Se debe usar señales y/o símbolos (por ejemplo, las gráficas usadas por toda esta sección).
- La capacidad de una persona de entender el habla es muchas veces más desarrollada que su propio vocabulario. No hable a otras de una persona en su presencia.
- El individuo debe tratarse como un adulto que por casualidad tiene una discapacidad cognitiva o de aprender. No le hable en tono condescendiente y no le trate como niño.

Problemas de movilidad

Alguien que usa una muleta o bastón tal vez pueda superar escaleras independientemente. Una mano se usa para agarrar el

pasamanos y la otra para la muleta o bastón. En este caso, es mejor NO INTERFERIR con el movimiento de esta persona. Tal vez se pueda ayudar al ofrecerse para cargar la otra muleta. Asimismo, si la escalera está llena de gente, usted puede servir como barrera y “correr interferencia”.

Los usuarios de sillas de ruedas están capacitados en técnicas especiales para pasarse de una silla a otra. Según la fuerza de su cuerpo superior, tal vez sean capaces de hacer mucho del trabajo por sí solos. Al ayudar a un usuario de silla de ruedas, evite aplicar presión en las extremidades y el pecho de la persona. Tal presión tal vez provoque espasmos, dolor y hasta respiración restringida. El llevar a alguien sobre los hombros (algo parecido al llamado “llevada de bombero”) es igual al sentarse encima de su pecho y representa peligro para varios individuos quienes caen dentro de categorías de discapacidades neurológicas y ortopédicas.

Técnicas de cargar

Técnica de cargar de una sola persona

El Levantamiento de Cuna es el método preferido cuando la persona que hay que cargar tiene poca o nada de fuerza en los brazos. Es más seguro si la persona siendo cargada pesa menos que el cargador.

Técnica de cargar de dos personas: el columpio o silla

Para utilizar esta técnica:

- Los que van a cargar se sitúan a lados opuestos del individuo.
- Cada persona agarra un brazo del individuo y lo pone sobre los hombros.
- Agarre el antebrazo del compañero atrás del individuo en la región de la espalda inferior.
- Agarre la muñeca de la otra mano del compañero por debajo de las rodillas del individuo.
- Ahora los dos compañeros deben inclinarse cerca del individuo y, al contar hasta tres, levantar al individuo.
- Sigán aplicando presión a la persona que están cargando para apoyo adicional.

La ventaja de este levantamiento es que los compañeros pueden soportar (con práctica y coordinación) a una persona que pesa lo mismo o más que ellos. La desventaja es una torpeza aumentada en viajes verticales (descenso de escaleras) debido a la complejidad de este levantamiento. Tres personas en fondo puede exceder lo amplio de la escalera.

Para ayudar a bajar una silla de ruedas por una escalera.

Al bajar escaleras:

- Párese atrás de la silla de ruedas y agarre las empuñaduras de los brazos de la silla.
- Incline la silla hacia atrás hasta el punto de equilibrio.

- Baje hacia adelante.
- Manténgase un escalón arriba de la silla. Mantenga bajo su centro de gravedad y deje bajar gradualmente las ruedas traseras al próximo escalón, asegurándose mantener la silla inclinada hacia atrás.
- Si es posible, haga que otra persona ayude al agarrar el armazón de la silla y al empujar desde la parte frontal. No levante la silla, ya que esto transfiere más peso al individuo atrás.

Otros impedimentos

Usualmente el embarazo no se considera como discapacidad, pero puede resultar en resistencia reducida o problemas de movilidad, sobre todo al superar escaleras. En estos casos, ofrézcase a caminar a su lado y apoyarla igual emocional que físicamente. Quédese con ella hasta llegar a un lugar seguro y protegido donde ella puede sentarse.

Tratándose de problemas respiratorios, tales como asma o enfisema, el comienzo de síntomas pueden provocarse por el estrés, esfuerzo, o exposición a pequeñas cantidades de polvo o humo. Recuerde al individuo traer medicamentos de inhalación antes de salir del lugar de trabajo.

Las personas con condiciones cardíacas deben recordarse de tomar sus medicamentos. Ofrézcales ayuda al caminar; tal vez tengan resistencia reducida y requieran pararse frecuentemente para descansar.

Coordinación con el departamento de bomberos

Es muy necesario tener un entendimiento claro mediante la planeación y práctica eficiente con los servicios locales de bomberos y rescate tratándose de los procedimientos de evacuación para personas discapacitadas. Entre los departamentos locales de bomberos las opiniones pueden variar, por ejemplo:

- Si los individuos discapacitados deben permanecer en el lugar de trabajo, reunirse en un área de refugio para esperar la llegada de los bomberos, o si los compañeros de trabajo deben ayudar con su evacuación inmediata.

- Cuáles técnicas de evacuación se van a utilizar; particularmente la técnicas de cargar para bajar por las escaleras a los individuos que no pueden caminar.
- Si los mascotas guía deben permitirse evacuar por las escaleras juntas con sus dueños. Hay ejemplos en los cuales el departamento de bomberos mandó separar el perro de su dueño.

Cualquiera que sea el plan, lo más crítico es que sea coordinado y ensayado con los servicios locales de bomberos y rescate.

Después de las horas de trabajo

La mayoría de los muertos debido a incendios ocurren fuera de las horas normales de trabajo. Es entonces cuando los incendios pueden ser desapercibidos y las personas que trabajan a solas pueden ser bloqueadas de su ruta normal de salida. En muchos edificios, están presentes solamente unas cuantas personas trabajando tarde y el personal de limpieza. Un empleado con un problema de movilidad que haya confiado en el elevador para acceso tal vez necesite ayuda en bajar las escaleras, pero no están presentes los compañeros capacitados. Para compensar, el individuo debe avisar al servicio de seguridad al entrar en el edificio. Alguien entonces estará listo para buscar al individuo y ayudarlo en ir a un lugar seguro, si es que se necesita. Otra posibilidad es que se le instruye a la persona a llamar al departamento de bomberos y avisar de su ubicación al ocurrir una emergencia.

Los gerentes deben asegurar que los trabajadores de turno y otros que trabajan fuera de horas normales, tales como los de la limpieza, se incluyan. Si es que hay empleados que tengan conocimientos limitados del inglés, se debe proporcionar capacitación para que puedan entender. Al preparar instrucciones por escrito, se debe considerar a los que no hablan inglés y a los que tienen pocas capacidades de leer.

Se proporciona esta guía en cooperación con la Administración de Incendios de los Estados Unidos y se considera verdadera en la hora de publicación.

Federal Emergency Management Agency
 United States Fire Administration
 16825 S. Seton Ave.
 Emmittsburg, Md. 21727
 October 3, 2001