



# Recomendaciones para Personas con Discapacidad, en el regreso gradual de actividades en la Ciudad de México



LIBRE ACCESO A.C.

## INTRODUCCIÓN

Este plan inicia agradeciendo y visibilizando a los héroes de la pandemia, es decir, a la población que realizó sacrificios para **mantenerse en casa** durante este periodo, **invita a la población** a unirse en un regreso a la **nueva normalidad** de forma equitativa, donde seamos un colectivo que vea por el respeto y defensa de los derechos de todos.

**Principios básicos** de (a considerar para) la reapertura

1.- Medidas de confinamiento hasta que las tendencias de contagio se reduzcan diariamente con base en el modelo epidemiológico de la ciudad. Inicia en junio y se confirma a mediados de mes.

2.- No es un desconfinamiento, es la apertura moderada que permita la reactivación (gradual) de la económica con la minimización de contagios en un modelo semáforo de acuerdo al gobierno de México.

3. Implica

a) Sistema de salud unificado para la atención de un número constante.

b) Mantener medidas de Sana Distancia, así como el uso obligatorio de cubrebocas, mascarillas en espacios públicos y áreas de trabajo.

c) Mantener confinamiento de población vulnerable

d) Priorizar actividades en espacios no cerrados (recreativas y comerciales)

e) Reactivar a la par funciones de gobierno asociadas a los sectores desconfinados.

f) Fortalecer medidas de rastreo epidemiológico para evitar contagios, sin endurecer medidas de confinamiento aprovechando las herramientas (SMS, Locatel, 911, Regulación, APPs, y Web).

g) Activar semáforo epidemiológico de contagios, alimentado por datos en tiempo real

## Semáforo epidemiológico

A continuación se detallan los giros de los negocios de acuerdo a su relevancia en el semáforo en función de la clasificación del **Sistema de Clasificación Industrial de América del Norte (SCIAN) 2018**

### Semáforo empideimiológico diario CDMX\*

#### Ocupación mayor a 65%

O dos semanas de incremento estable

#### Ocupación menor a 65%

Y dos semanas de tendencia a la baja

#### Ocupación menor a 50%

Y dos semanas de tendencia a la baja

#### Ocupación menor a 50%

Al menos un mes con ocupación baja estable

\*Reglas en revisión constante con expertos



## Actividades Rojas



### Actividades que no cerraron:

1. Servicios de salud y de asistencia social
2. Abarrotes, tiendas de autoservicio y productos de cuidado a la salud
3. Giros del sector primario (agricultura, ganadería)
4. Cría y explotación de animales
5. Logística y servicios de transporte
6. Generación, transmisión, distribución y comercialización de energía eléctrica, suministro de agua y de gas natural por ductos al consumidor final
7. Servicios de apoyo a los negocios y manejo de residuos, y servicios de remediación
8. Servicios funerarios
9. Bancos y servicios financieros
10. Servicios de reparación y mantenimiento
11. Espacios públicos: parques al 30% de su capacidad

### Nuevas actividades:



12. Minería
13. Construcción
14. Fabricación de equipo de transporte
15. Venta de bicicletas
16. Producción alimentaria (producción de cerveza y sus cadenas de producción)

## Actividades Naranjas



1. Restaurantes (al 30% de su capacidad)
2. Comercio de productos no esenciales en micronegocios y pequeños negocios (menos de 30 empleados) con flujos para clientes, aforo reducido y señalética
3. Hoteles (al 30% de su capacidad)
4. Servicios jurídicos (notarías) y bufetes de abogados que den atención a la población
5. Trámites y servicios de gobierno (atención al público)
6. Eventos deportivos sin público para ser televisados previa prueba con resultado negativo de los participantes
7. Cines y teatros (al 50% de su capacidad)
8. Servicios religiosos (al 30% de su capacidad)
9. Trabajadoras/es del hogar
10. Espacios públicos: parques al 30% de su capacidad de aforo y expansión de ciclovías

## Actividades Amarillas



1. Restaurantes (al 60% de su capacidad)
2. Hoteles (al 60% de su capacidad)
3. Tiendas departamentales (al 60% de su capacidad)
4. Asociaciones y organizaciones civiles y políticas (al 60% de su capacidad)
5. Cines y teatros (al 60% de su capacidad)
6. Peluquerías y estéticas
7. Corporativos y oficinas de servicios privados
8. Oficinas gubernamentales
9. Servicios inmobiliarios y de alquiler de bienes muebles e intangibles
10. Servicios religiosos (al 60% de capacidad de aforo)
11. Servicios profesionales, científicos y técnicos
12. Servicios de esparcimiento culturales y deportivos, y otros servicios recreativos al 60% de su capacidad de aforo)
13. Espacio público: parques y explanadas al 60% de su capacidad de aforo y expansión de ciclovías

## Actividades Verdes



1. Gimnasios
2. Antros y bares

Este plan contempla de manera integral **8 diferentes áreas** y reglas para cada uno en cada uno de los colores del semáforo



## Poblaciones vulnerables

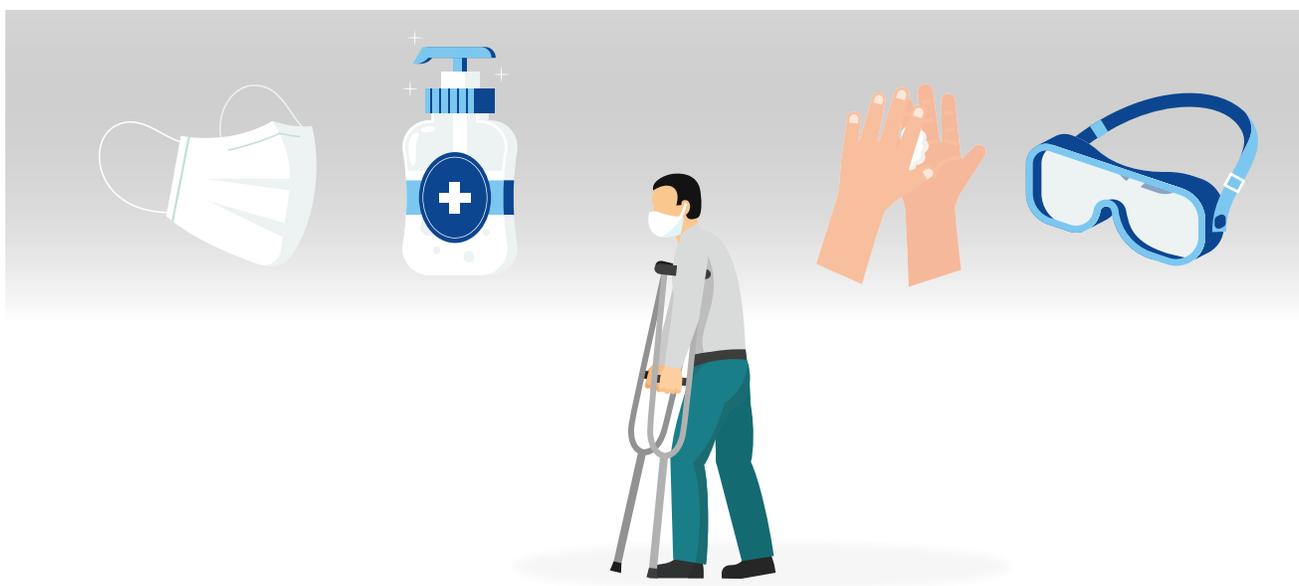
Ante esta nueva realidad las **personas con discapacidad** corren un mayor riesgo mayor de contagio debido a factores como los siguientes:

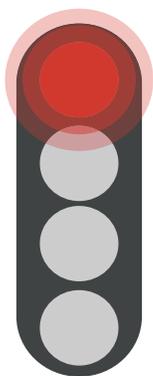
- Obstáculos para emplear algunas medidas básicas de higiene, como el lavado de las manos (por ejemplo, si los lavabos, las piletas o las bombas de agua son físicamente inaccesibles o una persona tiene dificultades físicas para frotarse bien las manos);
- Dificultades para mantener el **distanciamiento social** debido al apoyo adicional que necesitan o porque están institucionalizadas;
- La necesidad de tocar cosas para obtener información del entorno o para apoyarse físicamente;
- Las personas con discapacidad también podrían verse afectadas de manera desproporcionada por el brote debido a las graves perturbaciones de los servicios de los cuales dependen.

Los obstáculos que encuentran las **personas con discapacidad** pueden reducirse si los principales interesados toman medidas apropiadas.

- Las personas vulnerables pueden realizar salidas necesarias extremando precauciones de higiene y distancia. Cuentan con prioridades en negocios y transporte público.

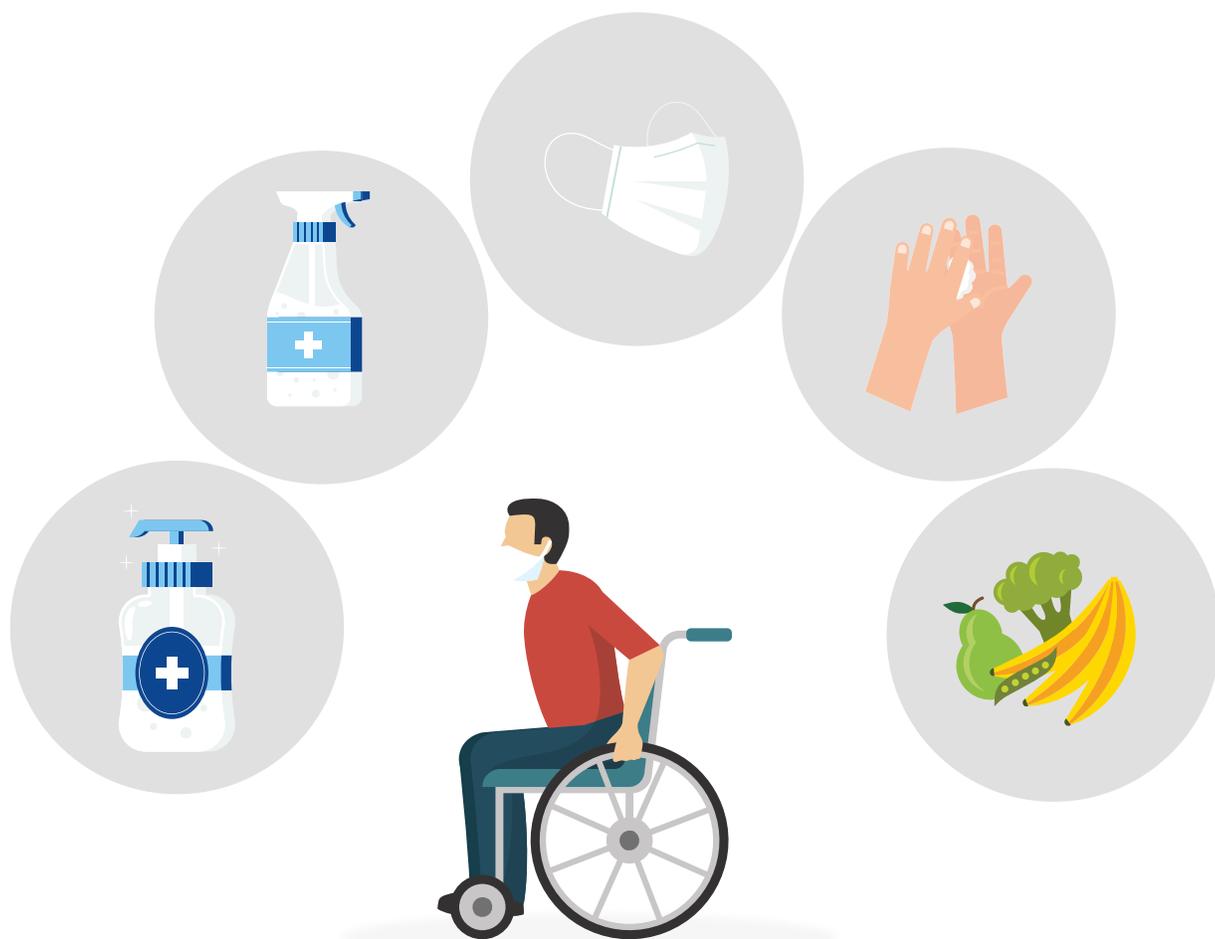
**Recuerda que a través del uso de la tecnología y medios de comunicación como celulares, tabletas o computadoras puedes hacer video llamadas con tus personas queridas sin riesgos de contagio.**





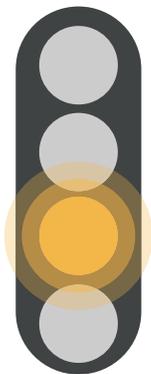
## CUANDO EL SEMÁFORO ESTÉ EN ROJO Y NARANJA

– Si te es posible quedarte en casa, en caso que debas salir sigue las medidas de prevención que recomienda **Guía para la protección de la salud de las personas con discapacidad en el contexto de COVID-19** (Secretaría Salud Federal, CONAPRED, CONADIS Y MOVIMIENTO TRES DOCE) así como en **COVID-19 Medidas de atención y protección a personas con discapacidad** (INDISCAPACIDAD/ Organizaciones de la Sociedad Civil)



[https://www.libreacceso.org/wp-content/uploads/2020/04/Guia\\_PcD\\_COVID19\\_29042020.pdf](https://www.libreacceso.org/wp-content/uploads/2020/04/Guia_PcD_COVID19_29042020.pdf)

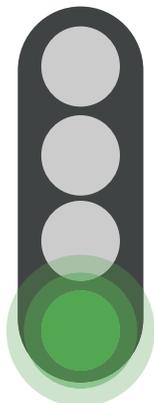
<https://www.libreacceso.org/wp-content/uploads/2020/04/Covid19-Medidas-de-Atenci%C3%B3n-y-Protecci%C3%B3n-a-Personas-con-Discapacidad-LECTURA-FACIL.pdf>



## CUANDO EL SEMÁFORO ESTÉ EN AMARILLO

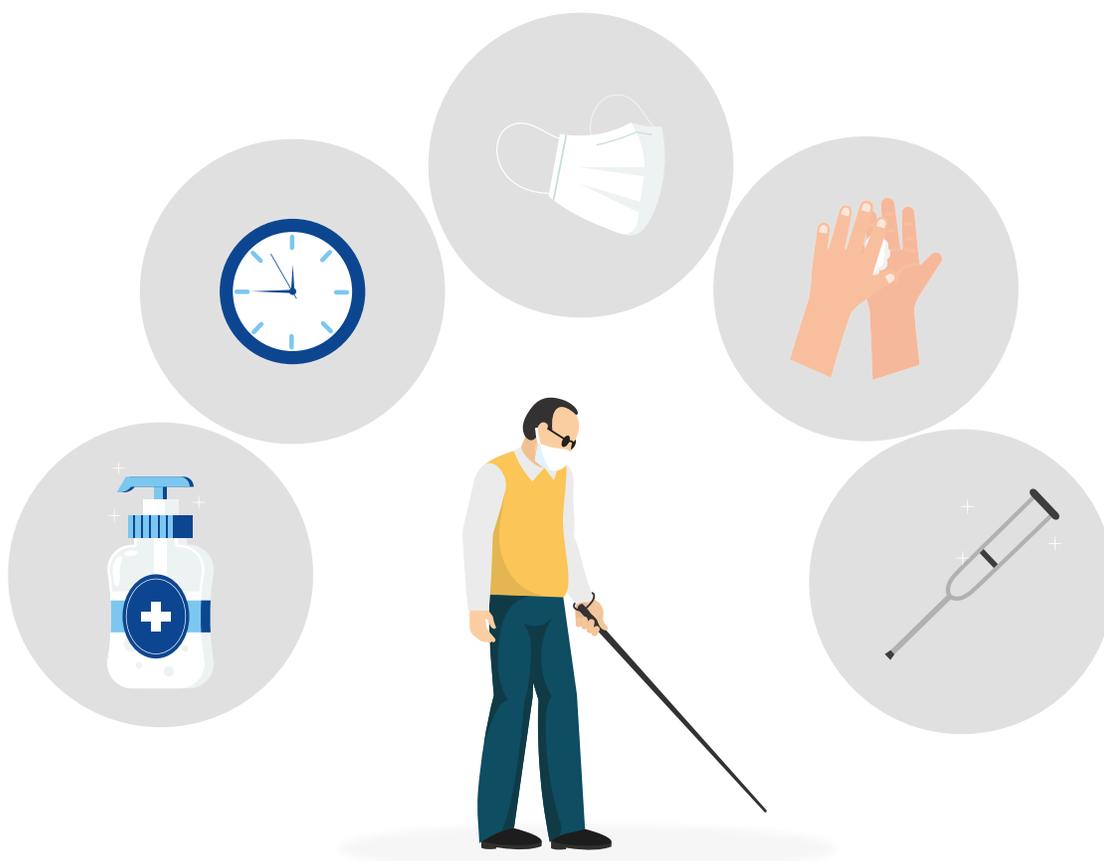
- Se recomiendan solamente las **salidas necesarias**
- Reduzca su posible exposición a la COVID-19
- Evite en lo posible los entornos con muchas personas y reduzca al mínimo el contacto físico con otros.
- Considere la posibilidad de hacer las visitas necesarias fuera del horario de mayor concurrencia.
- Haga **compras por internet** o por teléfono, o pida ayuda a sus familiares, amigos, cuida – dores o asistentes personales para no tener que estar en lugares con muchas personas.
- Considere la posibilidad de acopiar artículos de primera necesidad, como alimentos, productos de limpieza, medicamentos o suministros médicos, para que no tenga que ir a lugares públicos con mucha frecuencia.
- Trabaje en casa si es posible, especialmente si, por lo general, trabaja en un entorno de intensa actividad o con muchas personas.
- Si utiliza ayudas técnicas, como silla de ruedas, bastón, andador, tabla de transferencia, bastón blanco o cualquier otro producto que se toque a menudo y se use en espacios públicos, asegúrese de que se los desinfecte con frecuencia.





## CUANDO EL SEMÁFORO ESTÉ EN VERDE

- Se recomiendan solamente las salidas necesarias
  - Se recomiendan cuidados de higiene
  - Se recomienda **sana distancia** para contención
  - Aproveche los horarios especiales que se ofrezcan a las **personas con discapacidad**.
- Acuda a su trabajo solamente si se garantiza la accesibilidad de las medidas de control de infecciones en el lugar de trabajo, como puestos para higienizarse las manos.
- Si utiliza ayudas técnicas, como silla de ruedas, bastón, andador, tabla de transferencia, bastón blanco o cualquier otro producto que se toque a menudo y se use en espacios públicos, asegúrese de que se los desinfecte con frecuencia.



## Glosario

**Poblaciones vulnerables:** Estos grupos incluyen mujeres embarazadas o en periodo de lactancia, menores de 5 años, personas con discapacidad, personas con enfermedades crónicas no transmisibles (personas con hipertensión arterial, pulmonar, insuficiencia renal, lupus, cáncer, diabetes mellitus, obesidad, insuficiencia hepática o metabólica, enfermedad cardíaca), o con algún padecimiento o tratamiento farmacológico que les genere supresión del sistema inmunológico; poblaciones o grupos vulnerables.

**UCI:** unidades de cuidados intermedios.

**Contact tracing (rastreo de contactos):** En salud pública, el rastreo de contactos es el proceso de identificación de personas que pueden haber entrado en contacto con una persona infectada y la posterior recopilación de información adicional sobre estos contactos.

**Discapacidad:** Es un término general que abarca las deficiencias, las limitaciones de la actividad y las restricciones de la participación. Las deficiencias son problemas que afectan a una estructura o función corporal; las limitaciones de la actividad son dificultades para ejecutar acciones o tareas, y las restricciones de la participación son problemas para participar en situaciones vitales.

**SMS:** El servicio de mensajes cortos o servicio de mensajes simples, más conocido como SMS (por las siglas del inglés Short Message Service), es un servicio disponible en los teléfonos móviles que permite el envío de mensajes cortos (con un límite de caracteres) entre teléfonos móviles.

**APP:** (*del inglés application*), tipo de programa informático diseñado como herramienta, para permitir a un usuario realizar diversos tipos de trabajos.

**WEB:** Una página web, o página electrónica, página digital, o ciberpágina<sup>12</sup> es un documento o información electrónica capaz de contener texto, sonido, vídeo, programas, enlaces, imágenes y muchas otras cosas, adaptada para la llamada World Wide Web (WWW) y que puede ser accedida mediante un navegador web.



## **Teléfonos de apoyo**

### **Centro de atención COVID19**

**800 044 800**

### **Mensaje de texto**

**COVID19 al SMS 51515**

### **Unidad de atención epidemiológica y sanitaria**

**800 0044 800**

### **Apoyo psicológico, Consejo Ciudadano para la Seguridad y Justicia de la Ciudad de México.**

**Teléfono 55 55 33 55 33.**

### **UNAM Línea de atención psicológica**

**55 5025 0855**

### **Línea telefónica para la atención de donantes de sangre**

**55 6392 2270**

**55 6392 2271**

**55 6392 2250 al 99**

**Ext. 51656, 51670 y 51674**



## Referencias bibliográficas

Gobierno de la Ciudad de México. Plan gradual hacia la nueva normalidad en la ciudad de México. 13 Mayo 2020

<https://covid19.cdmx.gob.mx/storage/app/media/plan%20gradual%20hacia%20la%20nueva%20normalidad%20en%20la%20ciudad%20de%20mexico/plangradualhacialanuevanormalidadenlaciudaddemexico20.pdf>

Organización Panamericana de la Salud, 2020. Consideraciones relativas a la discapacidad durante el brote de COVID-19. Marzo 2020

[https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/52026/OPSNMHCOVID19200009\\_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/52026/OPSNMHCOVID19200009_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Covid-19 Medidas de atención y protección a personas con discapacidad

<https://www.libreacceso.org/wp-content/uploads/2020/04/Covid19-Medidas-de-Atenci%C3%B3n-y-Protecci%C3%B3n-a-Personas-con-Discapacidad-LECTURA-FACIL.pdf>

Guía para la protección de la salud de las personas con discapacidad en el contexto de COVID-19

[https://www.libreacceso.org/wp-content/uploads/2020/04/Guia\\_PcD\\_COVID19\\_29042020.pdf](https://www.libreacceso.org/wp-content/uploads/2020/04/Guia_PcD_COVID19_29042020.pdf)

Medidas preventivas 24 Marzo de 2020, Libre Acceso A. C.

[https://www.libreacceso.org/wp-content/uploads/2020/03/Acuerdo\\_Medidas\\_Preventivas.pdf](https://www.libreacceso.org/wp-content/uploads/2020/03/Acuerdo_Medidas_Preventivas.pdf)



Libre Acceso A. C.



LibreAccesoVideos



@LibreAccesoAC



LIBRE ACCESO A.C.