



BOLETIN No. 44
19/10/11

Ofrece diferentes servicios a las personas con discapacidad para trasladarse cómoda y fácilmente en el interior del mercado mayorista más grande del mundo



En la Central de Abasto hay lugar para todos

La Central de Abasto de la ciudad de México mantiene una política de no discriminación para las personas con discapacidad y desde el inicio de la presente Administración ha implantado una serie de medidas encaminadas a facilitar su acceso a las instalaciones de este mercado mayorista y de apoyarlas en alguna eventualidad.





Para cumplir con los exhortos del Gobierno del Distrito Federal, autoridades de la Dirección y Administración General han dado mantenimiento permanente a las rampas de los Sectores Abarrotes y Viveres y Frutas y Legumbres, para garantizar el fácil acceso para personas con discapacidad; asimismo, construyeron ocho rampas y accesos especiales de estacionamiento a la Dirección General, oficinas de Administración y Finanzas y a la Agencia del Ministerio Público.

También habilitaron dos rampas especiales para personas con sillas de ruedas en las escaleras del puente peatonal subterráneo que une a las oficinas administrativas con la Nave I-J y cuentan con pasamanos para mayor seguridad.



LETREROS DE IDENTIFICACIÓN CON SISTEMA BRAILLE

Para facilitar el libre desplazamiento de personas con discapacidad, en los Sectores Frutas y Legumbres y Abarrotes y Viveres se colocaron 500 letreros de identificación con sistema

braille: 360 en las intersecciones de Naves y pasillos para ubicar accesos, servicios sanitarios, salidas y rampas, y 40 señalamientos en el área administrativa para identificar los Módulos de la Comisión Federal de Electricidad, de la Oficina de Licencias, la Tesorería, el Ministerio Público y el Juzgado Cívico, entre otras, así como las diferentes Coordinaciones y Direcciones que dependen de la Dirección y Administración General.



ATENCIÓN TELEFÓNICA

El monitoreo electrónico constante, interior y exterior, de las distintas zonas comerciales, permite brindar ayuda rápida y oportuna a personas con discapacidad, y en caso de una eventualidad, pueden ser trasladadas al consultorio médico, instalado en las oficinas administrativas, junto a la Coordinación de Seguridad, Vialidad y Protección Civil.





Derechos de las personas con discapacidad

La **Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad** de la Organización de Naciones Unidas (ONU), y la que México ratificó el 17 de diciembre de 2007, reconoce que la discapacidad es un concepto que evoluciona y es el resultado de la interacción entre la deficiencia de una persona y los obstáculos tales como barreras físicas y actitudes imperantes que impiden su participación en la sociedad.

Cuanto más obstáculos hay, más discapacitada se vuelve una persona. Las discapacidades incluyen deficiencias físicas, mentales, intelectuales y sensoriales tales como ceguera, sordera, deterioro de la movilidad y deficiencias en el desarrollo. Algunas personas tienen más de una forma de incapacidad y muchas, si no todas, podrían llegar a tener alguna discapacidad en algún momento de su vida debido a lesiones físicas, enfermedades o envejecimiento.

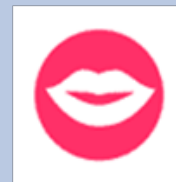
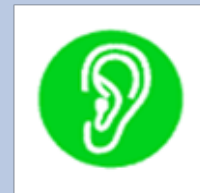
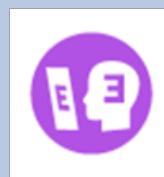
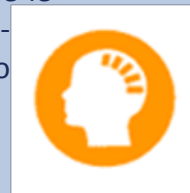
Actualmente, debemos hablar de **Personas con discapacidad**, que es el término aceptado tanto por los organismos internacionales, como por las organizaciones civiles, para designar con **RESPECTO Y PRECISIÓN** a todo ser humano que presenta, temporal o permanentemente alguna deficiencia parcial o total en sus facultades físicas, intelectuales o sensoriales, que le limitan la capacidad de realizar una o más actividades de la vida diaria y que puede ser agravada por el entorno económico o social; por lo tanto, es inadecuado utilizar términos como *inválido*, *minusválido*, *invidente* o *personas con capacidades diferentes*.

¿Cómo asistir a una persona con discapacidad?

En México son muchos los ciudadanos que no saben cómo asistir a una persona con discapacidad, ya sea al tratar de entablar una comunicación con ellos, ofrecerles algún servicio o simplemente tratar de asistirlos.

De acuerdo con el INEGI, en 2010, las personas que tienen algún tipo de discapacidad son 5 millones 739 mil 270, lo que representa 5.1% de la población total.

Por esta razón, el Consejo Nacional para las Personas con Discapacidad (CONADIS) te propone algunas medidas generales a seguir cuando te comuniqués con algún familiar, amigo o compañero de trabajo con discapacidad:



Estos son algunos símbolos que se utilizan para indicar el tipo de dificultad que presentan algunas personas, para realizar una determinada actividad.



RECOMENDACIONES GENERALES

- Recuerda que una persona con discapacidad, es ante todo una persona como cualquier otra.
- Debes tener paciencia, si no sabes que hacer o que decir, deja que la persona con discapacidad te ayude a encarar el asunto.
- No hagas de cuenta que la discapacidad no existe. Si te relacionas con una persona con discapacidad como si ella no tuviera una deficiencia, vas a estar ignorando una característica muy importante de ella.
- Las personas con discapacidad tienen derecho, pueden y quieren tomar sus propias decisiones y asumir la responsabilidad por sus acciones.
- Ofrece asistencia si te la piden, o si es claramente evidente que la necesita. Pero no te sobrepases y menos aún insistas en ofrecer un servicio que no te han pedido.
- Cuando quieras alguna información de una persona con discapacidad, dirígete directamente a ella y no a sus acompañantes o intérpretes.

Cómo asistir a personas con deficiencia física



- Al conversar por mucho tiempo con una persona que usa silla de ruedas, recuerda sentarte para que tú y ella queden con los ojos al mismo nivel.
- Recuerda, la silla de ruedas (así como los bastones y muletas) es parte del espacio corporal de la persona, casi una extensión de su

cuerpo.

- Nunca muevas la silla de ruedas sin antes pedir permiso a la persona.
- Empujar a una persona en silla de ruedas no es como empujar un carrito de supermercado. Cuando empujes a una persona sentada en una silla de ruedas y pares para conversar con alguien, acuérdate de girar la silla de frente para que la persona también pueda participar de la conversación.
- Para subir desniveles, inclina la silla para atrás para levantar las rueditas de adelante y apoyarlas sobre la elevación. Para descender un escalón, es más seguro hacerlo marcha atrás, siempre apoyando para que el descenso no produzca un fuerte impacto. Para ascender o descender más de un peldaño, en consecuencia, será mejor pedir ayuda a alguna otra persona.
- Si acompañas a una persona con discapacidad que camina despacio, con auxilio o no de aparatos y bastones, procura de ir al ritmo de ella.
- Mantén las muletas o bastones siempre cerca de la persona con discapacidad.
- Si piensas que ella está en dificultades, ofrece ayuda y en caso de que sea aceptada, pregunta cómo debes hacerlo.
- Si presencias una caída de una persona con discapacidad, ofrece ayuda inmediatamente. Pero nunca ayudes sin preguntar, y sin preguntar cómo debes hacerlo.

Cómo asistir a personas ciegas o con debilidad visual



- **Identifícate inmediatamente.**
- **Ofrece tu ayuda o si observas algún obstáculo.**
- **Si tiene problemas para caminar, ofrece tu brazo, no lo tomes del suyo.**
- **Camina ligeramente por delante**
- **Utiliza frases como: izquierda, derecha, adelante, atrás.**
- **Si es necesario, toma su mano y hazle palpar el objeto.**
- **Describe verbalmente los escenarios.**
- **No lo dejes solo sin advertírselo antes.**
- **Cuida que no haya obstáculos por su camino.**



CÓMO ASISTIR A PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL

- Las personas con parálisis cerebral pueden tener dificultades para caminar, pueden hacer movimientos involuntarios con piernas y brazos y pueden presentar expresiones extrañas en el rostro. No te intimides con esto, son personas como tú. Generalmente, tienen inteligencia normal, o a veces, hasta por encima de la media.
- Si la persona tiene dificultades para hablar y no comprendes inmediatamente lo que te está diciendo, pide que lo repita. Personas con dificultades de este tipo no se incomodan en repetir si es necesario para hacerse entender.
- Cuando encuentres a una persona con Parálisis Cerebral, recuerda que él tiene necesidades específicas debido a sus diferencias individuales.
- Es muy importante respetar el ritmo de la persona con Parálisis Cerebral, normalmente es más lenta en lo que hace, como hablar, andar, tomar las cosas, etc.
- Ten paciencia al oírlo, la mayoría tiene dificultades en el habla.
- No trates a la persona con Parálisis Cerebral como a un niño o un incapaz.



CÓMO ASISTIR A UNA PERSONA SORDA O CON DEFICIENCIA AUDITIVA

- Cuando quieras dirigirte a una persona sorda o con deficiencia auditiva, si ella no te está prestando atención, haz un gesto o tócala levemente en su brazo.
- Cuando estés conversando cerca de una persona sorda o con deficiencia auditiva, habla de manera clara pronunciando bien las palabras, no de manera exagerada.
- Habla de manera normal, a no ser que te pida que lo hagas más lento y fuerte.
- Habla directamente con la persona, no al lado o atrás de ella.
- Haz que tu boca sea bien visible. No hagas ademanes o te tapes la boca, esto imposibilita la lectura labial.
- Sé expresivo al hablar. Como las personas sordas no pueden oír cambios sutiles en el tono de la voz que indican sentimientos de alegría, tristeza, sarcasmo o seriedad, las expresiones faciales, los gestos y los movimientos de tu cuerpo serán excelentes indicaciones de lo que quieres decir.
- Mientras estés conversando, mantén siempre el contacto visual. Si desvías la vista, la persona sorda puede pensar que la conversación terminó.
- Si fuera necesario, comunícate a través de tarjetas. Lo importante es comunicarse. El método no es tan importante.
- Cuando la persona sorda esté acompañada de un intérprete, dirígete a la persona sorda, no al intérprete.

