

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



Introducción

La discapacidad es un concepto que evoluciona y que resulta de la interacción entre las personas con deficiencias -diversidades funcionales- (físicas, mentales, intelectuales o sensoriales) y las barreras que existen en el entorno, que evitan su participación plena y efectiva en la sociedad en igualdad de condiciones con las demás, vinculadas a situaciones de exclusión y discriminación que vulneran sus derechos y libertades.

La discriminación hacia las personas con discapacidad se acrecienta en contextos como el que actualmente atraviesa el mundo y nuestro país con motivo de la emergencia por COVID-19, por lo que con la finalidad de plantear recomendaciones específicas para el cuidado de la salud de las personas con discapacidad a partir del reconocimiento de que la población con discapacidad forma parte de los grupos de mayor riesgo y que la discriminación estructural lo agudiza, la Secretaría de Salud emite la presente **Guía para la protección de la salud de las personas con discapacidad en el contexto de COVID-19**.

Esta *Guía* está basada en un trabajo coordinado y colaborativo con el Movimiento Tres Doce y otras organizaciones de la sociedad civil, personas profesionistas en la materia, familiares de personas con discapacidad, así como con instituciones públicas, como el Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación (Conapred) y el Consejo Nacional para el Desarrollo y la Inclusión de las Personas con Discapacidad (Conadis).

La presente *Guía* tiene como finalidad señalar las medidas básicas a implementar para la protección a la salud de las personas con discapacidad ante la emergencia por COVID-19, para que nadie se quede atrás y nadie se quede afuera de la respuesta sanitaria para prevenir y atender esta enfermedad. Las medidas están dirigidas a las propias personas con discapacidad, sus familias, redes de apoyo y personas de asistencia personal; a las instituciones de acogimiento o espacios de internamiento donde viven las personas con discapacidad (albergues, asilos para personas mayores, hospitales psiquiátricos, centros de rehabilitación psicosocial, entre otros); al personal de salud y administrativo de las instituciones que brindan atención médica; así como a los medios de comunicación y las autoridades sanitarias.

La *Guía* se fundamenta en las obligaciones del Estado mexicano de garantizar, promover, proteger y respetar los derechos y libertades fundamentales de las personas con discapacidad –en particular, su derecho a la salud, principal derecho afectado por la emergencia por COVID-19– y en cumplimiento de la legislación aplicable.¹ La *Guía* define:

¹ Los artículos 1 y 4 de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos; los artículos 2, 5, 11 y 25 de la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad (CDPD); el Objetivo 3 de la Agenda 2030, y el marco de obligaciones de la Ley General para la Inclusión de las Personas con Discapacidad, la Ley General de Salud y la Ley Federal para Prevenir y Eliminar la Discriminación.

- Las formas de comunicación que deben adoptar las autoridades sanitarias y medios de comunicación para favorecer el acceso a la información de las personas con discapacidad respecto a COVID-19, así como las diferencias por tipo de discapacidad.
- Las medidas de protección, vigilancia y cuidados con motivo de COVID-19 que deben adoptar las personas con discapacidad, sus familias, redes de apoyo y personas de asistencia personal.
- Las medidas que deben adoptar las instituciones de acogimiento y espacios de internamiento en donde viven las personas con discapacidad, para prevenir y atender contagios de COVID-19.
- Las medidas diferenciadas de protección a la salud que deben adoptar las instituciones de atención a la salud para atender a las personas con discapacidad con COVID-19 o como casos sospechosos.

Guía de medidas básicas

2.1 Acceso a la información y comunicación

Contar con información pertinente, oportuna, veraz, en un lenguaje comprensible por toda la población y en formatos accesibles puede representar la diferencia en cuanto a afectaciones a la salud, o bien, entre la vida y la muerte de las personas en medio de emergencias sanitarias como la presente emergencia por COVID-19.

Por ello, resulta necesario la adopción de medidas para garantizar el acceso a la información y las comunicaciones de las personas con discapacidad frente al COVID-19 por parte de las autoridades sanitarias y los medios de comunicación.

Consideraciones para las autoridades sanitarias y medios de comunicación

A. Consideraciones generales

- Difundir información acerca de COVID-19, los síntomas leves y los graves; las formas de contagio; las medidas de prevención, protección e higiene; los grupos con mayor riesgo de contagiarse y desarrollar enfermedad grave y cómo buscar atención médica.
- Garantizar que la información sea oportuna, pertinente y difundida a través de formatos accesibles, con lenguajes sencillos, sin tecnicismos, fácil de comprender y con ideas concretas.
- Incorporar en los mensajes sobre atención de COVID-19 que las personas con discapacidad tienen igual valor y dignidad, así como los mismos derechos que toda la población, y que deben tener acceso a los servicios de salud en igualdad de condiciones.

- Identificar las preguntas y dudas frecuentes y elaborar formatos de respuestas puntuales que promuevan la adopción de decisiones responsables e informadas.
- Publicar una lista de los establecimientos de salud accesibles y con personal capacitado a los cuales acudir en caso de requerir atención médica por contraer COVID-19 o sospecha de tenerla.
- Informar sobre los posibles efectos estresantes que pueden enfrentar las personas durante la epidemia COVID-19 y los modos de enfrentarlos, con énfasis en la población que ya tiene una condición de discapacidad psicosocial.
- Garantizar que la información que se difunda sobre COVID-19 no tenga mensajes de alarma, ni tampoco imágenes que puedan alterar la estabilidad emocional de ninguna persona.
- Garantizar la accesibilidad del sitio coronavirus.gob.mx.

B. Consideraciones por tipo de discapacidad

1.- Personas con discapacidad auditiva

- Garantizar que la información difundida sobre COVID-19 en medios de comunicación masiva, ya sea en tiempo real o mediante videos grabados, además de tener las características señaladas en las consideraciones generales, sea accesible a través de:
 - ✓ La interpretación en Lengua de Señas Mexicana (LSM).²
 - ✓ La incorporación de subtítulos en español, en textos perceptibles y con contraste.
- Promover que la interpretación en LSM se lleve a cabo por intérpretes certificados y capacitados respecto a la información técnico-médica sanitaria, ya que una seña mal empleada o el entendimiento erróneo de la persona intérprete para transmitir la información puede tener consecuencias graves, y generar confusión respecto a los datos emitidos.
- Garantizar que el recuadro de la interpretación en LSM sea completamente visible, de por lo menos una sexta parte de la pantalla, ubicado en el ángulo inferior derecho de misma, y sin que lo obstruyan logotipos institucionales o los cintillos que resumen la información que se proporciona.
- Se pone a disposición de las personas sordas un servicio de intérprete en LSM para videollamada, considerando que no todas las personas sordas podrán hacer uso del chat toda vez que no todas saben leer y escribir.

² Lengua de la comunidad de personas con discapacidad auditiva, que consiste en una serie de signos gestuales articulados con las manos y acompañados de expresiones faciales, mirada intencional y movimiento corporal, dotados de función lingüística, forma parte del patrimonio lingüístico de dicha comunidad y es tan rica y compleja en gramática y vocabulario como cualquier lengua oral. Ley General para la Inclusión de las Personas con Discapacidad, artículo 2, fracción XXII.

2.- Personas con discapacidad intelectual, personas con la condición del espectro autista³ y discapacidad múltiple

- Difundir información sobre COVID-19 a través de:
 - ✓ Lectura fácil.⁴
 - ✓ Uso de pictogramas⁵ o imágenes como *Boardmaker* (galería de símbolos o dibujos).
 - ✓ Videos o láminas elaboradas con un diseño universal, para que sea útiles para todos los tipos de discapacidad.

3.- Personas con parálisis cerebral

- Difundir información sobre COVID-19 a través de:
 - ✓ Uso de videos, trípticos, dibujos o cuentos.
- Las personas con parálisis cerebral pueden presentar algunas alteraciones en la comunicación y el lenguaje oral, por lo tanto, se debe tener en cuenta que para facilitar la comunicación se puede utilizar, entre otros recursos: tableros con pictogramas y abecedario, códigos básicos de comunicación que se apoyarán con el uso del “sí” y “no” y expresiones gestuales y corporales.

4.- Personas con discapacidad motriz

- Difundir información acerca de las medidas de higiene y limpieza continua que las personas con discapacidad motriz deben aplicar a las ayudas técnicas que utilizan para su desplazamiento.
- Difundir información acerca de las medidas de accesibilidad física que deben adoptarse en los establecimientos y centros de salud para que las personas con discapacidad motriz puedan ingresar y desplazarse.

5.- Personas con discapacidad psicosocial

- ✓ Difundir información sobre COVID-19 a través de:
 - ✓ Lectura fácil.
 - ✓ Uso de pictogramas.

6.- Personas con discapacidad visual

³ Las personas con la condición del espectro autista son "todas aquellas que presentan una condición caracterizada en diferentes grados por dificultades en la interacción social, en la comunicación verbal y no verbal, y en comportamientos repetitivos". Ley General para la Atención y Protección a Personas con la Condición del Espectro Autista, artículo 3, fracción XII.

⁴ La lectura fácil es una forma de adaptar la información escrita para que esta sea leída y comprendida por personas con discapacidad. Puede hacer referencia tanto a libros como a documentos legales, textos informativos, páginas web. En cualquier lugar donde exista información escrita es posible hacer esta adaptación. Para que un texto esté «oficialmente» en lectura fácil tiene que seguir unas directrices internacionales y europeas en cuanto al lenguaje, contenido y forma [en línea] <https://aspadex.org/lectura-facil-definicion-y-recursos-de-interes/>.

⁵ Signo icónico dibujado y no lingüístico que representa figurativamente un objeto real o un significativo.

- ✓ Difundir información sobre COVID-19 a través de:
 - ✓ Sistema de Escritura Braille.⁶
 - ✓ Archivos Word, en caso de que la información se transmita por medios digitales, para garantizar que pueda ser leída por los lectores de pantalla⁷ de computadoras o teléfonos. También se recomienda el uso de macrotipos⁸ y de audio descripción de imágenes⁹ en los documentos digitales.
- ✓ En caso de que la información sobre COVID-19 se transmita a través de conferencias de prensa y entrevistas, se debe considerar las siguientes recomendaciones:
 - ✓ Al presentar diapositivas o gráficas, explicarlas en voz alta, haciendo énfasis en los datos relevantes.
 - ✓ Al proyectar videos, describirlos a una velocidad moderada, incluyendo las imágenes.
- Priorizar la difusión de información a través de la radio para las personas con discapacidad visual, considerando que es el medio de comunicación más aceptado entre ellas.

2.2 Medidas de protección y vigilancia (dirigidas a personas con discapacidad, su familia, redes de apoyo, personas de asistencia personal, y las organizaciones de y para personas con discapacidad)

Las medidas de protección y vigilancia que se adopten por las propias personas con discapacidad, por sus familias, redes de apoyo, personas de asistencia personal, y organizaciones de y para personas con discapacidad serán fundamentales durante la emergencia por COVID-19.

A través de ellas se puede generar acciones de autocuidado y cuidado comunitario para adoptar medidas de higiene a favor de las personas con discapacidad y prevenir el contagio de COVID-19, saber cómo actuar en caso de tener la enfermedad, o bien, disminuir las alteraciones emocionales en las personas con discapacidad con motivo de la epidemia.

⁶ Sistema para la comunicación representado mediante signos en relieve, leídos en forma táctil por las personas ciegas. Ley General para la Inclusión de las Personas con Discapacidad, artículo 2, fracción XXXIII.

⁷ Es una herramienta que utilizan las personas ciegas para leer. Las personas con discapacidades visuales usan computadoras a las que se les instala un programa llamado "lector de pantalla". Desde el teclado se opera la computadora, y el programa lector de pantalla verbalizará la información visible en el monitor, [en línea] <http://accesoavolar.blogspot.com/2015/07/lectores-digitales.html>.

⁸ Tamaño de letra más grande del acostumbrado y lo utilizan personas que presentan baja visión. El tamaño de la letra dependerá del grado de disminución visual que tenga la persona, por lo que se realizará dependiendo de sus necesidades, [en línea] <http://accesoavolar.blogspot.com/2015/07/macrotipo.html>.

⁹ Es un servicio dirigido a personas ciegas que consiste en señalar la información más significativa de una imagen dentro de una pieza audiovisual. Es un sistema creado para sustituir la falta de percepción visual, [en línea] <https://www.audiodescripcion.org/audiodescripcion.htm>.

A. Medidas de protección y vigilancia a llevar a cabo por las personas con discapacidad

1.- Qué es COVID-19 y cuáles son sus formas de contagio

- El COVID-19 es una enfermedad que la provoca el virus llamado SARS-CoV-2.
- El SARS-CoV-2 es de la familia de los coronavirus que causan distintas enfermedades (desde el resfriado común, hasta enfermedades respiratorias más graves).
- ✓ El COVID-19 se transmite a través de las gotas de saliva que expulsa una persona portadora del virus o enferma al hablar, gritar, cantar, toser o estornudar. El virus entra al cuerpo de las personas por la boca, nariz y ojos.
- ✓ También se puede transmitir cuando se toca una superficie contaminada con el virus y después se toca la boca, nariz u ojos con las manos.

2.- Para evitar contagiarte, debes hacer lo siguiente

- ✓ Lava tus manos frecuentemente con agua y jabón, por lo menos durante 20 segundos cada vez.
- ✓ Solo en caso de no haber agua y jabón, usa gel desinfectante (concentración de alcohol mayor al 60%).
- ✓ No toques tu nariz, ojos y boca si tus manos están sucias.
- ✓ Siempre aplica la etiqueta respiratoria: si estornudas o toses, cubre tu nariz y boca con la parte interna de tu codo, o bien, con un pañuelo desechable que debes tirar a la basura en una bolsa de plástico después de usarlo. Luego debes lavar tus manos.
- ✓ Desinfecta de manera continua las superficies y los objetos que más tocas, como una puerta, tu celular, tu computadora, etcétera.
- ✓ Ventila el espacio que habites.
- ✓ Desinfecta de manera continua las ayudas técnicas que utilizas, como el bastón blanco, sillas de ruedas, muletas, andaderas, tableros, prótesis, etcétera.
- ✓ Limpia de manera continua a tu animal de servicio o perro guía,¹⁰ en particular si sales a la calle con él.
- ✓ Mantén una “sana distancia” de las demás personas. La sana distancia es el espacio que tenemos alrededor de nuestro cuerpo cuando extendemos los brazos hacia los lados.
- ✓ Evita estar en contacto con personas que tengan enfermedades respiratorias.
- ✓ Infórmate de las medidas que los establecimientos y centros de salud adoptarán para continuar ofreciendo los servicios médicos y terapias que no puedan posponerse.
- ✓ ¡Quédate en casa! Sólo puedes salir en casos indispensables para comprar alimentos o medicinas.

3.- Quiénes son los grupos con mayor riesgo de complicaciones por COVID-19

- Las personas mayores de 60 años cumplidos.

¹⁰ Perro guía o animal de servicio”: Son aquellos que han sido certificados para el acompañamiento, conducción y auxilio de personas con discapacidad”. Artículo 2, fracción XXVI de la Ley General para el Desarrollo y la Inclusión de las Personas con Discapacidad.

- Las personas con enfermedades crónicas o degenerativas como obesidad, diabetes, hipertensión arterial, cáncer; con enfermedades cardíacas, pulmonares, del riñón, o neurológicas; o con inmunosupresión ya sea por medicamentos o quienes viven con VIH.
- Las personas fumadoras.
- Las mujeres embarazadas.
- Las personas con discapacidad.

Las personas con discapacidad podrían ser uno de los grupos con mayor riesgo de complicaciones por COVID-19 debido a la presencia de los factores antes citados, combinados con la existencia de otros elementos como los descritos a continuación:

- Falta o limitado acceso a la información sobre las medidas de higiene y prevención.
- Condiciones autoinmunes o de salud subyacentes (según el tipo de discapacidad).
- Elevada proporción de personas con discapacidad con edades superiores a 60 años (55%).
- Dificultades para contar con apoyos personales.
- Usuarías de medicamentos con potencial interacción farmacológica con el tratamiento contra COVID-19.
- Obstáculos para guardar sana distancia, considerando que algunas personas con discapacidad requieren de personas de apoyo o de asistencia personal para su movilidad, alimentación, aseo y otras actividades de la vida cotidiana, o bien, para disminuir alteraciones emocionales.¹¹
- Elevada proporción de personas con discapacidad que viven en condiciones de pobreza (48.6%).

4.- Síntomas de COVID-19 y qué hacer en caso de tenerlos

- ✓ Los síntomas básicos del COVID-19 son:
 - ✓ Cumplir al menos dos de los siguientes:
 - Tos seca.
 - Fiebre (temperatura de más de 38 grados).
 - Dolor de cabeza.
- ✓ Acompañado de al menos de alguno de los siguientes:
 - Dolor o ardor de garganta.
 - Escurrimiento nasal.
 - Ojos rojos.
 - Dolores en músculos y articulaciones.
 - Dificultad para respirar (casos graves).
 - Dolor en el pecho (casos graves).
- ✓ Si presentas algunos de esos síntomas puedes usar alguno de los siguientes medios para comunicarte y recibir orientación médica:
 - ✓ **Teléfono de la Unidad de Inteligencia Epidemiológica y Sanitaria 800 0044 800**

¹¹ Al respecto, es preciso hacer notar que las personas de apoyo o de asistencia personal, sean familiares, amigos, o especialistas, en casa o en espacios institucionalizados, también deberían ser considerados grupos en riesgo.

- ✓ **Línea telefónica de Fundación Teletón 800 8353866**
 - ✓ **Número Nacional de Emergencias 911**
 - ✓ **Locatel 55 56 58 11 11**
 - ✓ **Llama al número de salud del estado donde vivas, el directorio lo puedes consultar al final de este documento o en la página <https://www.coronavirus.gob.mx/contacto/#directorio>**
 - ✓ **Pregúntale a Susana Distancia en Whatsapp 55 8633 8589 (envía un mensaje que diga “Hola”).**
 - ✓ **Apoyo de ILSM mediante videollamadas a los números disponibles en el Anexo 2.**
-
- ✓ No acudas a recibir atención médica, con tu médico o al hospital, excepto en los siguientes casos:
 - a. Si tienes dificultad para respirar, sin importar tu edad o si tienes o no enfermedades previas. La dificultad para respirar se manifiesta con los siguientes síntomas:
 - Si te cansas con esfuerzos muy pequeños.
 - Si te cuesta mucho trabajo jalar aire y te duele el pecho al respirar.
 - b. Si formas parte de alguno de los grupos de mayor riesgo de complicaciones por COVID-19: personas mayores de 60 años cumplidos; personas con enfermedades crónicas o degenerativas como obesidad, diabetes, hipertensión arterial, cáncer; con enfermedades cardíacas, pulmonares, del riñón, o neurológicas; o con inmunosupresión ya sea por medicamentos o quienes viven con VIH; personas fumadoras; mujeres embarazadas; o personas con discapacidad.
 - c. Si así te lo indican en la orientación telefónica.
 - ✓ No te automediques, sobre todo si tomas algún otro medicamento por enfermedades previas.
 - ✓ La mayoría de las personas que se enfermen del COVID-19 no necesitarán atención médica, y se mejorarán por sí solas en 14 días.
 - ✓ No todas las personas con los síntomas anteriores tienen COVID-19, puede tratarse de otras enfermedades respiratorias, sin embargo, siempre debes vigilar tu salud.

5.- Apoyo emocional

- Si en algún momento de la emergencia sanitaria sientes tristeza, enojo, ansiedad, o te preocupa algo, puedes solicitar orientación o algún tipo de ayuda emocional marcando a los siguientes teléfonos:
 - ✓ **Línea de la vida 800 911 2000**, 24 horas y los 7 días de la semana.
 - ✓ **Atención psicológica UNAM 55 50 25 08 55**, de lunes a viernes de 9 de la mañana a 6 de la tarde.
 - ✓ **Locatel 55 56 58 11 11 o 55 54 84 04 43**, 24 horas del día y 7 días de la semana.
 - ✓ **Centros de integración juvenil 55 52 12 12 12**, de lunes a viernes de 8:30 de la mañana a las 10 de la noche.
 - ✓ **Apoyo de ILSM mediante videollamadas a los números disponibles en el Anexo 2.**

- También puedes ingresar a la página de **coronavirus.gob.mx**, en la sección “Cuida tu salud mental”, en donde podrás encontrar más información, ayuda, y contestar un cuestionario para la detección de riesgos a la salud mental: <https://misalud.unam.mx/covid19/>
- Evita la exposición excesiva a la información sobre COVID-19.

6.- Si enfrentas violencia de género

- Puedes llamar al Número Nacional de Emergencias 911 en dónde recibirás orientación acerca de qué hacer o a dónde acudir.
- También puedes buscar ayuda en la Red Nacional de Refugios.
 - ✓ Zona Metropolitana y CDMX: 52436432
 - ✓ Línea nacional: 800 8224460
- También puedes entrar a la página de coronavirus.gob.mx, en la sección de “Acciones con perspectiva de género”, en donde te brindarán información acerca de las unidades médicas con servicios especializados de atención a la violencia, de acuerdo con el lugar donde vives.

7.- Otras medidas de protección

- Es muy importante que cuentes con un **plan de emergencia** durante la epidemia en México para que sepas cómo actuar en caso de que tú o alguna persona cercana a ti como un familiar o la persona que te brinda apoyo o asistencia personal enfermen de COVID-19.
- A continuación, algunas acciones para incluir en tu plan de emergencia:
 - ✓ Contacta a tu médico o médica que te atiende regularmente y conoce tu estado de salud físico y mental, y para platicar acerca de las medidas a adoptar en caso de que te enfermes de COVID-19.
 - ✓ Contacta a las autoridades de salud locales para que despejes cualquier duda acerca de los síntomas o medidas de prevención frente al COVID-19, y estar en posibilidad de tener acceso a las medidas de protección o apoyo que se han adoptado. Inclusive, es necesario que les comentes acerca de las condiciones de salud preexistentes que pudieran llegar a comprometer tu salud en caso de enfermarse de COVID-19.
 - ✓ Delimita las medidas a adoptar al interior de tu casa en caso de que enfermes de COVID-19, con la finalidad de establecer espacios seguros para quienes habitan en tu domicilio y se limite al mínimo la interacción con la persona o personas que te brindarán apoyo o asistencia, disminuyendo así la probabilidad de contagio.
 - ✓ Realiza una lista de los medicamentos que tomas, con horarios y nombres de las medicinas, así como de las ayudas técnicas que utilizas (silla de ruedas, andaderas, bastones, lentes, dispositivos auditivos, etcétera), incluidos perros guía o animales de servicio, para que las conozcan las personas que te brindarán apoyo o asistencia.
 - ✓ Haz una lista de personas y redes de apoyo (familiares, vecinos, amistades, organizaciones de y para personas con discapacidad) que podrían apoyarte a la distancia y de manera presencial durante este periodo de emergencia, en caso de que enfermes de COVID-19 o si enferma la persona que te brinda apoyo o te asiste de manera personal.

- ✓ Establece vías de comunicación diversas y seguras con tus redes de apoyo, tales como teléfono celular, teléfono fijo, mensajes de WhatsApp, redes sociales, correo electrónico, entre otros, para que esas personas puedan brindarte asistencia cuando la necesites (compras de alimentos, artículos básicos, medicamentos; preparación de alimentos; limpieza; acompañamiento emocional, etcétera), y tengas certeza de que obtendrás una respuesta pronta.
- ✓ Fomenta el contacto entre las personas que integran tu red de apoyo con la finalidad de que ellas se conozcan y estén más coordinadas para brindarte asistencia.

B. Medidas de protección y vigilancia que se sugiere adopten las familias, redes de apoyo, organizaciones de y para personas con discapacidad, y las personas que brindan apoyo y asistencia personal

- ✓ Involucrar activamente a la persona con discapacidad en todas las medidas de protección y vigilancia que se adopten para prevenir enfermarse de COVID-19 en respeto de su autonomía y libertad para tomar sus propias decisiones.
- ✓ Llamar o contactar a los números telefónicos previstos en el numeral 4 de este apartado para recibir orientación médica, en caso de que la persona con discapacidad a la que asistas o apoyes presente síntomas de COVID-19.
- ✓ Limpiar y desinfectar continuamente los espacios o superficies de uso común del lugar donde habite la persona con discapacidad. Revisar: el Lineamiento general para la mitigación y prevención de COVID-19 en espacios públicos cerrados. https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2020/03/Lineamiento_Espacio_Cerrado_27032020.pdf.
- ✓ En caso de que la persona con discapacidad requiera de algún tipo de asistencia personal o apoyo, la persona que lo brinde debe tomar las medidas básicas de higiene para evitar contagios (lavarse las manos o usar soluciones desinfectantes al entrar al domicilio, usar cubreboca correctamente y mantener en lo posible la sana distancia).
- ✓ Pedirle a la persona con discapacidad que, en caso de requerir el apoyo de una persona para su movilidad, se tome del hombro o la espalda de la persona que le asiste, considerando que los brazos son utilizados para cubrir estornudos o tos, por lo que podrían estar contaminados.
- ✓ Garantizar el acceso de las personas con discapacidad a los espacios de aseo personal, como sanitarios y lavabos, apoyándoles en su movilidad en caso de que así lo requieran.
- ✓ Buscar servicios de apoyo emocional (psicológicos y psiquiátricos) para las personas con discapacidad, siempre que así lo manifiesten, ya sea brindados por especialistas en esas ramas de la salud, o entre pares.
- ✓ Crear redes de acompañamiento o apoyo por parte de vecinos, la comunidad, su familia, o las organizaciones de y para personas con discapacidad, para la obtención de alimentos, medicamentos y otros suministros de primera necesidad, para la atención de emergencias sanitarias, o bien, para brindar acompañamiento a la persona con discapacidad y que no se sienta sola.

- ✓ Auxiliar a la persona con discapacidad a mantener contacto con familiares y personas a las que cotidianamente ve, ya sea por llamada telefónica, videollamada, mensajes o redes sociales.
- ✓ Dar paseos terapéuticos a las personas con discapacidad que lo requieren, en la medida de lo posible, con las medidas de protección y prevención pertinentes.
- ✓ Reducir el aburrimiento y situaciones de estrés, proporcionando consejos prácticos sobre administración del tiempo y técnicas de manejo del estrés.
- ✓ Ayudar a la persona con discapacidad para generar un plan de emergencia en el contexto de COVID-19 en caso de que la persona de apoyo, la persona de asistencia personal, o la persona con discapacidad enferme de COVID-19, y evitar dejar sola a esta última.
- ✓ En caso de que la persona de apoyo o de asistencia personal sea quien tenga COVID-19, prever quién podría auxiliarla o brindarle algún apoyo.

C. Recomendaciones para las familias, redes de apoyo, organizaciones de y para personas con discapacidad, y las personas que brindan apoyo y asistencia personal, según el tipo de discapacidad de la persona

1.- Personas con discapacidad auditiva

- Explicar de forma gráfica, con videos interpretados en LSM y con subtítulos en español, el procedimiento correcto y frecuente de lavado de manos, en qué consiste la “sana distancia” y el “quédate en casa”, así como las posibles consecuencias en caso de no seguir esas recomendaciones.
- Si la persona es sordociega, explicar claramente el contexto de la emergencia por COVID-19 y sus implicaciones a través de la forma de comunicación específica que utilice como por ejemplo dactilología,¹² método *Tadoma*,¹³ o el Sistema de Escritura Braille. Un apoyo para la comunicación con las personas sordociegas son las organizaciones que les prestan servicios.
- Evitar el aislamiento y falta de comunicación con la persona con discapacidad auditiva, haciendo uso, entre otros medios, de los sistemas y las tecnologías de la información y las comunicaciones (por ejemplo, el celular o la computadora).

2.- Personas con discapacidad intelectual, personas con la condición del espectro autista, y discapacidad múltiple

¹² Representación manual de cada una de las letras que componen el alfabeto. A través de ella se puede transmitir a la persona sorda cualquier palabra que se desee comunicar, por complicada que ésta sea [en línea] http://www.uco.es/~fe1vivim/alfabeto_dactilologico.pdf.

¹³ Método para aprender a hablar por medio de la vibración, pero algunos sordociegos lo utilizan como método para entender el discurso de otros. La persona sordociega que está siendo enseñado con el método Tadoma tiene que situar una mano o, al principio las dos, en la cara del hablante. Pone sus dos pulgares ligeramente sobre los labios y enfrente de ellos y sus dedos meñiques a lo largo de los huesos de la mandíbula y los restantes dedos en las mejillas [en línea] <https://www.asocide.org/personas-sordociegas/sistemas-de-comunicacion/otros/>.

- Proveer la información sobre COVID-19 directamente a la persona con discapacidad, acorde a su edad y siempre con una actitud de calma y tranquilidad.
- Priorizar la información con quienes presenten mayores requerimientos de apoyo o tengan dificultad en la comunicación.
- Asegurarse de que la persona con discapacidad ha comprendido la información y, en caso de ser necesario, reiterar la explicación o las indicaciones con paciencia y claridad.
- Las personas con discapacidad intelectual pueden requerir de distintos apoyos para comprender la situación y las medidas de protección a adoptar. Se sugiere utilizar herramientas visuales y gráficas para la explicación.
- Es recomendable explicar la situación actual en el país, enfatizando lo que es una pandemia, la enfermedad COVID-19, sus síntomas y formas de contagio, así como la importancia de las medidas de higiene, de sana distancia y la permanencia en casa.
- Comunicar el cambio de rutina mediante pictogramas, objetos o señas y establecer una nueva rutina para casa que le brinde estructura y predictibilidad por medio de apoyos visuales como calendarios y horarios. En particular, se recomienda cuidar las rutinas y horarios de sueño.
- Se sugiere involucrar a la persona con discapacidad en las actividades familiares y del hogar.
- Las personas con la condición del espectro autista pueden presentar patrones repetitivos o restringidos del comportamiento y alteraciones en la comunicación e interacción social, que pueden ser una búsqueda de auto regulación o un mecanismo de comunicación.
- Facilitar mecanismos para que las personas con discapacidad reconozcan sus emociones.
- Proveer estímulos sensoriales a la persona con discapacidad que le ayuden a reducir la ansiedad derivada de la situación de emergencia, como jugar con frijoles, presionar pelotitas o una toalla.

3.- Personas con parálisis cerebral

- Desinfectar frecuentemente las ayudas técnicas que usen para su movilidad, como silla de ruedas, andaderas, aditamentos, tableros, etcétera.
- Garantizar que el material que emplea para alimentarse (cubiertos con adaptaciones o sonda), estén debidamente desinfectados.
- Garantizar su aseo continuo por lo que se refiere al control de esfínteres, ya sea que requiera el uso de pañal –aún en edad adulta–, o bien, la asistencia personal para el uso del baño.
- Establecer una rutina que le permita ejecutar actividades físicas, por su cuenta o con el auxilio de la persona de asistencia personal –en la medida que lo permitan las condiciones sanitarias–, para prevenir otras alteraciones o daños por el reposo prolongado derivado de la distancia social por la emergencia por COVID-19.
- Garantizar la presencia de la persona de asistencia personal –en la medida que lo permitan las condiciones sanitarias– para evitar poner en riesgo su integridad física y emocional con motivo de la distancia social por la emergencia por COVID-19.
- Pedir apoyo u orientación de equipos profesionales para la continuidad de su tratamiento.

Para padres, madres o personas de asistencia personal de personas con parálisis cerebral menores de 18 años

- Extremar cuidados en lactantes con parálisis cerebral.
- Establecer rutinas para niñas y niños con parálisis cerebral en edad preescolar relativas a su alimentación, aseo e higiene, sueño, actividades escolares y lúdicas (que deben ser variadas, atractivas, y orientadas a juegos psicomotrices, en caso de que sean niñas o niños con movilidad autónoma o semiautónoma).
- Observar la salud general de la persona menor de 18 años con parálisis cerebral, así como cualquier cambio conductual del sueño, ánimo o alimentación.
- Extremar medidas de seguridad para el manejo de secreciones como salivación u otras de origen nasofaríngeo, proteger las manos de la persona con movimientos involuntarios o limitación de la movilidad para evitar contacto directo con cara, ojos, boca y nariz.

4.- Personas con discapacidad motriz

- Lavar y desinfectar de manera frecuente las ayudas técnicas que utilice la persona con discapacidad motriz para su desplazamiento o movilidad como sillas de ruedas, muletas, bastones de apoyo, andaderas, órtesis o prótesis, entre otras.
- Asegurar la accesibilidad física a los baños, lavabos y a cualquier espacio sanitario para su higiene. De ser el caso, se deben adaptar esos espacios.
- Asistir a la persona con discapacidad motriz para facilitar su higiene y limpieza en caso de que presente serias limitaciones a la movilidad, adoptando las medidas para evitar contagios de COVID-19. Por ejemplo, brindar apoyo a las personas que no tienen movimiento en ambas extremidades o con movilidad reducida para lavar sus manos con frecuencia.
- Asear las partes del cuerpo de la persona que sirve de apoyo a la persona con discapacidad motriz para su movilidad, en especial el cuello y hombros, para evitar contagios de COVID-19.
- Pedir guía y apoyo de profesionales para saber cómo dar continuidad a la rehabilitación en casa.

5.- Personas con discapacidad psicosocial

- ✓ Evitar su internamiento forzado en los centros psiquiátricos o cualquier institución de asistencia.
- ✓ No suministrar medicamentos sin consentimiento de la persona con discapacidad psicosocial.
- ✓ Garantizar que las personas con discapacidad psicosocial sin hogar tengan acceso a medidas preventivas contra COVID-19, a servicios de asistencia, pública, privada social o privada, así como al tratamiento en caso de presentar la enfermedad COVID-19.
- ✓ Crear redes de apoyo conformadas por pares, organizaciones de personas con discapacidad psicosocial o por especialistas, con el propósito de orientarlas y brindarles acompañamiento emocional, al igual que a sus familias, para evitar factores de riesgo psicosocial como el estrés crónico provocado por la emergencia por COVID-19.

- ✓ Facilitar la continuidad y apego al tratamiento farmacológico de la persona con discapacidad psicosocial, en caso de que lo tenga, tendiendo especial cuidado en prevenir interacciones farmacológicas con los medicamentos o tratamiento relacionado con el COVID-19.

6.- Personas con discapacidad visual

- Limpiar los objetos que la persona con discapacidad visual toca con frecuencia, incluidos los bastones, con agua y jabón, y una solución desinfectante.
- Recordar el lavado de manos a las personas con discapacidad visual, sobre todo después de tocar mapas táctiles, manijas, barandales, entre otros elementos de uso común, considerando que el tacto es el sentido más usado por ellas.
- En caso de ofrecer el apoyo a una persona con discapacidad visual para guiarle, sugerir que se tome del hombro y evite tocar manos y la parte interna del codo.
- Si la persona es sordociega, explicar claramente el contexto de la emergencia por COVID-19 y sus implicaciones a través de la forma de comunicación específica que utilice, como por ejemplo dactilología, método *Tadoma*, o el Sistema de Escritura Braille.
- Evitar el aislamiento y falta de comunicación con la persona con discapacidad visual, haciendo uso, entre otros medios, de los sistemas y las tecnologías de la información y las comunicaciones (por ejemplo, el celular o la computadora).

2.3 Instituciones de acogimiento / espacios institucionalizados

Las personas con discapacidad que se encuentran en instituciones de acogimiento o espacios institucionalizados pueden ser más propensas a contraer COVID-19 por diversos motivos, entre ellos, hacinamiento, falta de higiene en los espacios e importantes carencias alimentarias y de atención a su salud.

Por ello, se deben adoptar las siguientes medidas para las personas con discapacidad que se encuentran en esos lugares, tomando en cuenta en todo momento su autonomía, participación y manifestación de voluntad, así como requerimientos especiales que pudiera llegar a solicitar; incluyendo la posibilidad de sacarlas de los contextos de institucionalización.

A. Consideraciones generales

- Proporcionar información accesible, oportuna y pertinente a las personas con discapacidad acerca de las razones por las cuales se han adoptado las medidas de higiene y sana distancia, con la finalidad de garantizar su acceso a la información, y que reciban mensajes que no alteren su estabilidad emocional.
- Desarrollar un plan de acción institucional que adopte las recomendaciones emitidas por las autoridades sanitarias por la emergencia de COVID-19, tomando en cuenta las especificidades de la atención que brinda el servicio de acogimiento o espacio

institucionalizado, y considerando las necesidades de cada persona con discapacidad. En particular, se recomienda la atención de las medidas señaladas en el numeral 3.2 sobre “Refugios y albergues” del *Lineamiento general para la mitigación y prevención de COVID-19 en espacios públicos cerrados*.¹⁴

- Informar diariamente a la Secretaría de Salud de las personas enfermas de COVID-19 que laboran o viven en los espacios institucionalizados.
- Elaborar un censo de la población que se encuentra en el lugar, desglosado por tipo de discapacidad, identificando grupos de mayor riesgo de contagio.
- Enviar a sus hogares a las personas con discapacidad, en los casos en que se pueda y sea conveniente, para reducir la densidad poblacional de los espacios. Sobre todo, a aquellas que puedan estar en mayor riesgo de contraer COVID-19 por factores como su edad, enfermedades crónicas de riesgo (diabetes, hipertensión, obesidad, cardiovasculares, etcétera) o por embarazo.
- Reordenar los espacios con la finalidad de que se puedan cumplir las medidas de higiene y sana distancia (entre un metro y medio, y dos metros entre cada persona).
- Implementar un protocolo para detectar síntomas de COVID-19 en las personas que laboran en las instituciones de acogimiento (cada vez que ingresan al establecimiento), así como en las personas con discapacidad que ahí residen.
- Aislar a las personas con síntomas o diagnosticados con COVID-19, estableciendo espacios específicos para ellas (por ejemplo, en los auditorios, comedores, salones de clases, etcétera), para brindarles atención médica inmediata, y evitar la propagación del virus.
- Desinfectar continuamente los espacios o superficies de uso común, como mesas, escritorios, interruptores, camas, puertas y manijas, mostradores y equipos médicos o de rehabilitación, etcétera.
- Contar con los productos necesarios para que las personas trabajadoras y personas con discapacidad puedan llevar a cabo las medidas de higiene y de protección recomendadas (agua, jabón, toallas de papel desechable, gel desinfectante, cubreboca, guantes y otros suministros).
- Garantizar una hidratación adecuada y una alimentación balanceada y nutritiva de las personas con discapacidad, para favorecer su sistema inmunológico.
- Brindar asistencia emocional continua para evitar o reducir, entre otras, conductas de angustia, miedo, soledad o depresión entre las personas con discapacidad, generadas por la distancia social y las medidas contra COVID-19.
- Continuar con las actividades de desarrollo integral, apoyo terapéutico, rehabilitación y habilitación en los casos en los que sea imposible interrumpir su proceso, adoptando las debidas medidas de higiene y sana distancia (preferentemente se sugiere realizar sesiones de rehabilitación con una sola persona y limpiar y desinfectar los aparatos cada vez que se utilicen).

¹⁴ Gobierno de México, Lineamiento general para la mitigación y prevención de COVID-19 en espacios públicos cerrados, página 15 [en línea] https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2020/03/Lineamiento_Espacio_Cerrado_27032020.pdf

- Cerrar o reducir al máximo la interacción en espacios comunes. Suspender clases y otras actividades grupales con las personas residentes.
- Eliminar las visitas, cuando esto sea posible. En los casos en los que las personas con discapacidad no puedan estar distanciadas de sus visitantes debido a las posibles alteraciones psicoemocionales, se recomienda reducir las visitas solo a las esenciales, permitiendo la presencia periódica de algún familiar, amigo, persona de asistencia personal o persona de apoyo, adoptando las medidas de higiene y sana distancia para evitar contagios de COVID-19 (usar cubreboca, guantes, mantener la sana distancia, lavarse las manos o usar soluciones desinfectantes).
- En los casos en los que se suspendan las visitas con motivo de la emergencia de COVID-19, las instituciones de acogimiento o espacios institucionalizados deberán garantizar la comunicación directa de las personas con discapacidad con su familia, personal de apoyo o de asistencia personal a través de llamadas, videollamadas, mensajes de texto o redes sociales), y prever las medidas de mitigación de los impactos psicosociales por la reducción de las visitas.

B. Consideraciones particulares por tipos de discapacidad

1.- Personas con discapacidad auditiva

- Reforzar la comunicación acerca de las medidas de higiene y sana distancia, a través de una comunicación accesible.

2.- Personas con discapacidad intelectual, personas con la condición del espectro autista, y discapacidad múltiple

- Cuidar de su salud a través de actividades físicas y lúdicas, de la provisión de una buena alimentación e hidratación, del proceso de aseo personal diario, así como de la desinfección de los espacios que utiliza.
- Poner atención de manera continua acerca de su estado de ánimo.
- Reforzar la explicación acerca de la importancia de adoptar las medidas de higiene y sana distancia, así como el cambio en las rutinas.
- Garantizar, en la medida de lo posible, la presencia y acompañamiento de su persona de apoyo o persona de asistencia personal.
- Evitar el exceso de estímulos, pues podrían provocarle mayor ansiedad.
- Proveer estimulación sensorial, y espacios de recreación y esparcimiento.

3.- Personas con parálisis cerebral

- Reforzar la explicación acerca de la importancia de adoptar las medidas de higiene y sana distancia.
- Brindar acompañamiento durante la contingencia.

4.- Personas con discapacidad motriz

- Asegurar la accesibilidad física a los baños, lavabos y a cualquier espacio sanitario para su higiene. De ser necesario, se deben adaptar esos espacios.
- Lavar y desinfectar de manera frecuente las ayudas técnicas que utilice para su desplazamiento o movilidad como sillas de ruedas, muletas, bastones de apoyo, andaderas, órtesis o prótesis, entre otras.
- Asistir a la persona con discapacidad motriz para facilitar su higiene y limpieza en caso de que presente serias limitaciones a la movilidad, adoptando las medidas para evitar contagios de COVID-19. Por ejemplo, brindar apoyo a las personas que no tienen movimiento en ambas extremidades o con movilidad reducida para lavar sus manos con frecuencia.
- Asear las partes del cuerpo de aquella persona en la que la persona con discapacidad motriz se apoya para su movilidad, en especial, el cuello y hombros, para evitar contagios de COVID-19.
- Si no es urgente, evitar ir a hospitales, fisioterapia o actividades con aparatos que se comparten.
- Utilizar los servicios de tele rehabilitación especializada que la Fundación Teletón puso a disposición en <https://coronavirus.gob.mx/informacion-accesible/>

5.- Personas con discapacidad psicosocial

- No realizar ningún internamiento sin consentimiento de la persona con discapacidad psicosocial.
- No suministrar medicamentos sin consentimiento de la persona con discapacidad psicosocial.
- Adoptar medidas que le permitan mantener una estabilidad emocional, ya sea en línea o de forma presencial, brindado por especialistas o por pares.
- Facilitar la continuidad y apego al tratamiento farmacológico, en caso de que lo tenga, de la persona con discapacidad psicosocial.
- Ponderar y, en su caso, establecer alternativas si los medicamentos que utilizan de manera regular implican afectaciones secundarias que podrían hacerles enfermar de manera más grave en caso de enfermar de COVID-19 (por ejemplo, al sistema inmune, la presión arterial, o la función respiratoria).

6.- Personas con discapacidad visual

- Verificar que la persona intensifique su aseo personal; limpiar los espacios de uso común que son continuamente tocados por las personas con discapacidad visual como manijas, barandales, muebles o mapas táctiles.

2.4 Protección a la salud

Durante la emergencia sanitaria provocada por COVID-19, el personal de salud debe garantizar que las personas con discapacidad reciban atención médica en condiciones de igualdad que al resto de las personas, de forma oportuna y suficiente, sin que su discapacidad o cualquier otra condición

de vida sea motivo para discriminarlas en su derecho a la protección de la salud, por lo que se recomienda la adopción de las siguientes medidas.

A. Consideraciones generales

- Brindar atención médica a las personas con discapacidad con COVID-19 o sospecha de tenerlo en cualquiera de los establecimientos de salud asignados para brindar esa atención, sin que sean canalizadas automáticamente, y sin justificación clínica, a otras instituciones como las psiquiátricas.
- Garantizar una atención libre de estigmas y conductas violentas o negligentes hacia las personas con discapacidad por parte del personal de salud.
- Garantizar el respeto a las personas que han enfermado con el virus SARS-CoV-2, al referirse a ellas como "personas con COVID-19", "personas que están siendo tratadas por COVID-19", "personas que se están recuperando de COVID-19" y nunca emplear términos como: "casos de COVID-19", "víctimas", "familias de COVID-19", "el enfermo".
- Garantizar que en los establecimientos de salud en donde se atiende a personas con COVID-19 o con sospecha de tenerlo existan las condiciones de accesibilidad física que permitan la movilidad y el desplazamiento de las personas con discapacidad que acudan a ellas, especialmente en las zonas de aseo e higiene.
- Garantizar que la comunicación entre el personal médico y las personas con discapacidad sea directa y empática, promoviendo el uso de diversos medios de comunicación y empleando un lenguaje sencillo, sin tecnicismos, para explicar su estado de salud y el tratamiento que se debe seguir, tomando en cuenta otros factores como su edad.
- Posibilitar que las personas con discapacidad puedan expresar sus dudas y preguntas con el personal de salud.
- Garantizar que las personas con discapacidad comprendan los procesos y dinámicas al interior de los establecimientos de atención a la salud (filas, asignación de turnos, sana distancia, espacios, etcétera).
- Evitar todo tipo de situaciones que puedan provocar estrés a las personas con discapacidad durante el tratamiento de COVID-19.
- Permitir el acompañamiento de familiares, intérpretes de LSM, intérpretes de personas sordociegas, personas de apoyo, o personas de asistencia personal dentro de los establecimientos de salud que atienden a pacientes con COVID-19, cuando la persona con discapacidad así lo requiera, tomando en cuenta las medidas de protección e higiene.¹⁵

¹⁵ La presencia de algún familiar o de la persona que brinda apoyo o asistencia a la persona con discapacidad constituye uno de los ajustes razonables que deben adoptarse al interior de los establecimientos de salud, para reducir el estrés o el temor que pueda causar la enfermedad y su atención médica entre las personas con discapacidad. Asimismo, se recomienda que los familiares o personal de apoyo que asisten a las personas con discapacidad al interior de los establecimientos de salud, reciban la misma protección y seguridad que otros trabajadores de atención médica expuestos al COVID-19.

- Reprogramar citas médicas que no sean esenciales para que las personas con discapacidad no acudan a los establecimientos de salud si no es necesario. En caso de que la atención médica no pueda esperar, se deberán adoptar las medidas de higiene y sana distancia para prestar los servicios de atención a la salud por motivos distintos a COVID-19, considerando la posibilidad de realizar visitas médicas a domicilio.
- Garantizar la provisión de apoyos y ajustes razonables cuando sean requeridos, por ejemplo, en la aplicación de medicamentos.

B. Consideraciones particulares por tipos de discapacidad

1.- Personas con discapacidad auditiva

- Garantizar que los servicios remotos de atención a la salud física y mental con motivo de COVID-19, cuenten con algún servicio para hacer video llamadas, así como con enlaces a distancia de intérpretes certificados en LSM.¹⁶
- Garantizar que existan medios alternativos de comunicación, como mensajes de texto, correos electrónicos o chats para que las personas que no pueden oír reciban orientación acerca de su salud física y mental con motivo de COVID-19, o atención en caso de violencia.
- Garantizar que en los establecimientos o centros de salud exista el servicio de intérpretes de LSM o, si esto no es posible por las medidas de seguridad e higiene, garantizar el enlace, mediante videollamada con dichos intérpretes.

2.- Personas con discapacidad intelectual, personas con la condición del espectro autista, y discapacidad múltiple

Personas con discapacidad intelectual

- Mantener siempre una comunicación directa entre el personal de salud y la persona con discapacidad, aun cuando se encuentre presente algún familiar, persona de apoyo o persona de asistencia personal.
- Para lograr lo anterior, y proveer una atención más adecuada, se sugiere recopilar información relevante sobre la persona como su forma de comunicarse, cómo le llaman, los apoyos que requiere, qué situaciones pueden alterarles y cómo actuar ante alguna crisis. Esta información puede ser proporcionada por la propia persona con discapacidad o por la familia, personal de apoyo o persona de asistencia personal, quienes también pueden recomendar algunas medidas para brindarles apoyos específicos.
- Suministrar medicamentos relacionados con COVID-19 teniendo cuidado que no se contrapongan con los medicamentos prescritos con anterioridad a la persona con discapacidad.¹⁷

¹⁶ Al final de la Guía se comparte una lista de intérpretes certificados en LSM en diferentes entidades federativas, así como en la Ciudad de México, avalada por la Asociación de Intérpretes y Traductores de Lengua de Señas en la República Mexicana A.C.

¹⁷ La organización de la sociedad civil *En Primera Persona, A.C.*, recomienda la consulta de la *Guía práctica para la utilización de psicofármacos en personas con Discapacidad Intelectual o del Desarrollo frente a los Problemas en la Regulación de las Emociones y la Conducta durante la*

- Mantener y disponer el acceso a los medicamentos que habitualmente toma la persona con discapacidad, de acuerdo con la prescripción de su médico tratante, para evitar alteraciones emocionales y de salud.
- Las personas con síndrome de Down pueden tener una mayor incidencia de disfunciones de inmunidad, problemas cardíacos y respiratorios y, por lo tanto, deben ser considerados dentro de los grupos de riesgo de complicaciones.

Personas con espectro autista

- Procurar la intervención de profesionales distintos a los de salud, para optimizar la atención y el trato hacia las personas con espectro autista.
- Permitir la presencia de un familiar o persona cercana para que le provea certidumbre y seguridad.
- Comprender que la conducta y los movimientos repetitivos pueden ser una forma de autorregulación ante la ansiedad o de comunicación.
- Mantener siempre una comunicación directa entre el personal médico y la persona con discapacidad, aun cuando se encuentre presente algún familiar, persona de apoyo o persona de asistencia personal.
- Para lograr lo anterior, y proveer una atención más adecuada, se sugiere recopilar información relevante sobre la persona como su forma de comunicarse, cómo le llaman, los apoyos que requiere, qué situaciones pueden alterar su comportamiento y cómo actuar ante alguna crisis.
- Esta información puede ser proporcionada por la propia persona con discapacidad o por la familia, personal de apoyo o persona de asistencia personal, quienes también pueden recomendar algunas medidas de contención.

Personas con discapacidad múltiple

- En el caso de la discapacidad múltiple, se sugiere disponer de un formato en el que la persona de apoyo o de asistencia personal pueda anotar las necesidades específicas de la persona con discapacidad, a partir del cual sean definidos el tipo de trato y la atención para proporcionar.
- El formato puede incluir la siguiente información: medicamentos prescritos y frecuencia de administración, alergias (a medicamentos, alimentos, materiales), datos relativos al comportamiento de la persona, historial de hospitalizaciones y los motivos, si puede indicar dolor, formas de reacción ante el miedo, nivel de tolerancia a elementos extraños en su cuerpo (vendajes, auriculares, guantes, entre otros), tiempo que la persona tarda en dar respuesta comunicativa; elementos o circunstancias que le brindan tranquilidad.

- Emplear formas de comunicación receptiva tales como verbal, LSM o dactilología, entre otras.
- Extremar los cuidados de higiene, tanto en el cuerpo como en todos los materiales y apoyos empleados para la movilización, terapia, y actividades.
- Aumentar las medidas de higiene de boca y manos en caso de que la persona con discapacidad múltiple presente salivación excesiva.
- Explicar anticipadamente a la persona con discapacidad múltiple que alguien va a acercarse a tocarle para realizar un procedimiento o revisión médica.
- En ocasiones será imposible mantener la sana distancia por los apoyos intensos que pueden requerir las personas con discapacidad múltiple. En esos casos se sugiere que únicamente dos personas sean quienes provean dichos apoyos, adoptando las medidas específicas de protección tanto para ellas como para la persona con discapacidad, las que incluyen el uso de cubreboca y el incremento de las medidas básicas de prevención.
- Disminuir ruidos o hacer uso de auriculares para bloquear el sonido que pueda afectar a las personas con discapacidad múltiple.

3.- Personas con parálisis cerebral

- Garantizar que las personas con parálisis cerebral puedan desplazarse en las instalaciones médicas y hospitalarias empleando su silla de ruedas especial, andaderas, bastones u otros apoyos que usan para su movilidad, o bien, garantizando el acompañamiento de familiares o personas de apoyo o cuidado.
- Suministrar medicamentos relacionados con COVID-19 teniendo cuidado que no se contrapongan con los medicamentos o tratamiento vinculado con alguna de las comorbilidades neurológicas asociadas a la parálisis cerebral. Por ello, es necesario que el personal de salud que atiende a la persona con parálisis cerebral con COVID-19 conozca los medicamentos que toma, su dosis y frecuencia.

4.- Personas con discapacidad motriz

- Proveer apoyos a la persona con discapacidad motriz cuando así lo solicite, sobre todo para aseo personal y limpieza, debiendo adoptar las medidas de higiene y sana distancia.
- Proveer ayudas técnicas a las personas con discapacidad motriz, o permitir que dispongan de las ayudas propias, como sillas de ruedas, muletas, bastones de apoyo, andaderas, órtesis o prótesis para garantizar su desplazamiento en los establecimientos de salud que atienden a pacientes con COVID-19.
- Limpiar y desinfectar de manera constante las ayudas técnicas que emplean las personas con discapacidad motriz, las superficies y equipos electrónicos.
- Garantizar que las personas con discapacidad motriz que requieran tratamiento médico, quirúrgico o de rehabilitación que no pueda posponerse puedan acudir a las instalaciones de servicios de salud, adoptando las medidas sanitarias para evitar contagios de COVID-19.
- Las personas con lesiones medulares pueden tener dificultad respiratoria y, por lo tanto, deben considerarse como parte de los grupos de riesgo de complicaciones por COVID-19.

5.- Personas con discapacidad psicosocial

- Evitar que las personas que solicitan atención médica por sospecha o confirmación de COVID-19, sean derivadas sin justificación a unidades o instituciones psiquiátricas para su tratamiento.
- Suministrar medicamentos relacionados con COVID-19 teniendo especial cuidado en prevenir interacciones farmacológicas con los medicamentos o tratamiento vinculado con la discapacidad psicosocial, especialmente en el caso de los fármacos antipsicóticos.¹⁸ Se recomienda seguir los protocolos de atención específica (o guías clínicas) para el tratamiento y atención de trastornos mentales.
- Mantener y disponer el acceso a los medicamentos que habitualmente toma la persona con discapacidad psicosocial, respetando la prescripción de la persona especialista tratante para evitar alteraciones emocionales. Se debe considerar que la suspensión abrupta del tratamiento farmacológico coloca a las personas en riesgo de recaídas o exacerbación de la sintomatología psiquiátrica.
- Se debe facilitar la entrega de recetas para resurtir medicamento de uso habitual.

6.- Personas con discapacidad visual

- Explicar con un lenguaje sencillo y describir lo que implicará el tratamiento y atención médica en el establecimiento de salud, especialmente por lo que se refiere al suministro de medicamentos.
- Consultar a la persona con discapacidad visual si desea ser conducido por el establecimiento de salud, adoptando las medidas de higiene y sana distancia, empleando el uso de la voz como guía, para evitar, en lo posible, el contacto personal.

Agradecimientos

La elaboración de este documento no habría sido posible sin la colaboración y asesoría de diversas instituciones públicas y organizaciones de la sociedad civil.

Organizaciones de la sociedad civil

- Scorza Implante Coclear Juntos A.C.
- Renapred AC
- FAHDI IAP
- Libre Acceso AC
- CONFE A favor de la Persona con Discapacidad Intelectual
- México Incluye AC

¹⁸ La organización de la sociedad civil En Primera Persona, A.C. recomienda la consulta del documento *Manejo farmacológico de trastornos psicóticos en personas mayores con tratamiento de la infección por COVID19: interacciones y recomendaciones terapéuticas*: <https://www.fesemi.org/sites/default/files/documentos/19.pdf>.

- Escuchar es lo máximo AC
- Fundación inclúyeme AC
- Iluminemos de Azul AC
- En Primera Persona A.C.
- Adelante Niño Down A.C.
- Centro Especializado en Múltiple Discapacidad y Sordoceguera A.C.
- Discapacitados Visuales I.A.P.
- Intérpretes y Traductores de la Lengua de Señas en la República Mexicana A.C.
- Perkins Internacional
- Yo También, Discapacidad con Todas sus Letras
- Fundación Teletón
- Piña Palmera
- Fundación para la Inclusión y el Desarrollo de las Personas con Discapacidad
- La Discapacidad Nos Une
- Red de Estudiantes Y Egresados con Discapacidad de la UNAM
- Colectivo Artículo 33

Instituciones públicas

- Secretaría de Salud
 - Subsecretaría de Prevención y Promoción de la Salud
 - Dirección General de Promoción de la Salud
 - Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia.
- Secretaría del Bienestar
 - Subsecretaría de Bienestar
 - Consejo Nacional para la Inclusión y el Desarrollo de las Personas con Discapacidad.
- Secretaría de Gobernación
 - Consejo Nacional para Prevenir la Discriminación

Referencias

- 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-CoV-2 (COVID-19). Publicado en el Diario Oficial de la Federación el 24 de marzo de 2020, [en línea] https://www.dof.gob.mx/nota_detalle.php?codigo=5590339&fecha=24/03/2020
- Ley General para la Inclusión de las Personas con Discapacidad.
- Ley General para la Atención y Protección a Personas con la Condición del Espectro Autista.
- Organización Mundial de la Salud-Oficina Regional para las Américas, *Consideraciones relativas a la discapacidad durante el brote de COVID-19*, [en línea] https://www.who.int/docs/default-source/documents/disability/spanish-covid-19-disability-briefing.pdf?sfvrsn=30d726b1_2
- Fondo de Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), *Respuesta covid-19: consideraciones para niñas, niños y adultos con discapacidades*, [en línea] https://www.unicef.org/disabilities/files/RESPUESTA_COVID_-_SPANISH.pdf
- Oficina del Alto Comisionado de Derechos Humanos de las Naciones Unidas, *COVID-19: ¿Quién protege a las personas con discapacidad?, alerta experta de la ONU*, [en línea] <https://www.ohchr.org/SP/NewsEvents/Pages/DisplayNews.aspx?NewsID=25725&LangID=S>
- *Declaración Conjunta: Personas con Discapacidad y COVID-19 por el Presidente del Comité de Naciones Unidas sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, en representación del Comité sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad y la Enviada Especial del Secretario General de Naciones Unidas sobre Discapacidad y Accesibilidad*, [en línea] <https://www.ohchr.org/SP/NewsEvents/Pages/DisplayNews.aspx?NewsID=25765&LangID=S>
- Disability Rights Fund, *COVID-19 y personas con discapacidad*, [en línea] <https://disabilityrightsfund.org/covid19/>
- Human Rights Watch, *Proteger los derechos de las personas con discapacidad ante el COVID-19. Asegurar el acceso a la información y a servicios esenciales para quienes están expuestos a mayores riesgos*, [en línea] <https://www.hrw.org/es/news/2020/03/26/proteger-los-derechos-de-las-personas-con-discapacidad-ante-el-covid-19>
- Organización de Estados Americanos, *Guía práctica de respuestas inclusivas y con enfoque de derechos ante el COVID-19 de la OEA*, [en línea] http://www.oas.org/es/sadye/publicaciones/GUIA_SPA.pdf
- Instituto Nacional para la Rehabilitación (Portugal), *Información específica*, [en línea] <http://www.inr.pt/informacoes-especificas>
- Comité sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad, *Observación general No. 2 (2014) Artículo 9: Accesibilidad*, [en línea] <https://documents-dds->

- ny.un.org/doc/UNDOC/GEN/G14/033/16/PDF/G1403316.pdf?OpenElement, CRPD/C/GC/2, 11º período de sesiones, distribución general 22 de mayo de 2014
- *Observación general núm. 5 (2017) sobre el derecho a vivir de forma independiente y a ser incluido en la comunidad*, [en línea] https://tbinternet.ohchr.org/_layouts/15/treatybodyexternal/Download.aspx?symbolno=CRPD/C/GC/5&Lang=en, CRPD/C/GC/5, distribución general 27 de octubre de 2017
 - Brooks, S., Webster, R., Smith, L., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., Rubin, G. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395, 912-20. DOI [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
 - Gobierno de México (2020). Lineamiento general para la mitigación y prevención de COVID-19 en espacios públicos cerrados. En https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2020/03/Lineamiento_Espacio_Cerrado_27032020.pdf
 - OMS (2020). Consideraciones de salud mental durante el brote de COVID19. Recuperado en <https://www.dropbox.com/s/s6bqgl4954re9ny/Consideraciones%20de%20salud%20mental%20durante%20el%20brote%20de%20Covid%2019.pdf?dl=0>
 - OMS/OPS. PROTECCIÓN DE LA SALUD MENTAL Y ATENCIÓN PSICOSOCIAL EN SITUACIONES DE EPIDEMIAS. OMS-OPS. Washington DC, 2016 https://www.paho.org/disasters/index.php?option=com_docman&view=download&category_slug=informes-tecnicos&alias=2539-proteccion-salud-mental-atencion-psicosocial-situaciones-epidemias-2016-539&Itemid=1179&lang=en
 - WHO. Psychological First Aid during Ebola Virus Disease Outbreaks. WHO-CBM-World Vision, UNICEF. Geneva, 2014. http://www.who.int/mental_health/emergencies/psychological_first_aidEbola_manual/en/
 - SEP (2016). Qué es la participación social. <https://www.gob.mx/sep/acciones-y-programas/que-es-la-participacion-social>

Anexos

Anexo 1. Números telefónicos de orientación médica sobre COVID-19 en las entidades federativas (<https://coronavirus.gob.mx/contacto/>)

ESTADO	TELÉFONO DE ASESORÍA COVID 19
Aguascalientes	449 910 7900, ext. 7133
Baja California	686 304 8048 664 108 2528 646 239 0955 646 947 5408
Baja California Sur	612 199 5386 624 228 6855
Campeche	911
Coahuila	911
Colima	800 337 2583 800 DE SALUD
Chiapas	800 772 2020 961 607 7674
Chihuahua	614 4293 300, ext. 10004 *911
Ciudad de México	555 658 1111 Envía un SMS con la palabra covid19 al 51515
Durango	618 137 7306 618 325 1573 618 134 7042
Guanajuato	800 627 2583 911
Guerrero	747 47 118 63
Hidalgo	771 719 4500
Jalisco	333 823 3220
Estado de México	800 900 3200
Michoacán	800 123 2890
Morelos	777 314 3336
Nayarit	311 217 9556 911

ESTADO	TELÉFONO DE ASESORÍA COVID 19
Nuevo León	818 361 0058 070 911
Oaxaca	951 516 1220 951 516 8242
Puebla	800 420 5782 911
Querétaro	442 101 5205
Quintana Roo	800 832 9198
San Luis Potosí	800 123 8888
Sinaloa	667 713 0063
Sonora	662 216 2759
Tabasco	800 624 1774
Tamaulipas	834 318 6320 834 318 6321
Tlaxcala	911
Veracruz	800 123 456
Yucatán	800 982 2826
Zacatecas	800 967 2583
Pemex	551 944 2500, ext. 891 29 401 551 944 2500, ext. 891 29 408
ISSSTE	55 4000 1000

Anexo 2. Lista de números telefónicos (WhatsApp) de intérpretes de LSM de apoyo voluntario para realizar servicios de enlace con motivo de la emergencia sanitaria del COVID-19 consensuada con la Asociación de Intérpretes y Traductores de Lengua de Señas en la República Mexicana, A.C.

Entidad federativa	Ciudad	Números telefónicos
Aguascalientes	Aguascalientes	44 91 19 20 10
Baja California	Tijuana	66 41 73 21 51 66 42 18 14 50 64 61 79 13 74 66 43 47 76 01
	Mexicali	68 61 87 72 08
	Ensenada	64 62 60 09 38 64 61 23 72 71
Chiapas	Tuxtla Gutiérrez	96 11 66 53 09 96 36 35 51 01
Chihuahua	Chihuahua	61 41 60 30 48 61 42 30 55 19
Chihuahua	Ciudad Juárez	65 61 33 82 35
CDMX	Ciudad de México	55 78 02 89 05 55 87 94 53 39 55 12 64 21 82 55 87 94 53 34 55 29 71 38 12 55 38 84 22 42 55 15 82 83 41 55 68 67 36 72 55 43 50 07 97 55 48 76 76 63 55 18 65 25 66 55 32 25 07 98 55 66 77 13 39 55 13 94 65 54
Estado de México	Toluca	55 54 56 68 69 55 12 64 21 82
Guanajuato	Guanajuato	47 71 10 93 21
Hidalgo	Pachuca	77 11 80 08 19 77 12 91 11 13
Jalisco	Guadalajara	33 12 85 27 70 33 34 63 38 51 33 21 07 50 55

Entidad federativa	Ciudad	Números telefónicos
Morelos	Cuernavaca	77 71 63 90 06 77 75 11 72 99
	Cuautla	73 52 10 12 07
Nayarit	Tepic	31 11 36 70 00
Nuevo León	Monterrey	81 25 67 04 96 81 26 21 53 35
		Oaxaca
Querétaro	Querétaro	44 22 50 25 93
Quintana Roo	Cancún	99 81 15 13 25
Sinaloa	Culiacán	66 72 38 73 77 66 72 54 43 00
		San Luis Potosí
Sonora	Hermosillo	66 21 99 02 11 66 21 11 56 76
Sonora	Ciudad Obregón	64 41 55 39 95
Tamaulipas	Reynosa	89 92 53 88 44
Veracruz	Xalapa	22 81 94 53 97 22 88 39 92 12
		Yucatán
Zacatecas	Zacatecas	49 21 92 83 27

Para los casos de Baja California Sur no se cuenta con intérprete de lengua de señas mexicana, sin embargo, la población de dicho estado puede comunicarse con cualquiera de los números del listado, dado que actualmente no existe un costo adicional al comunicarse a número de otros estados y la comunicación es vía internet por la plataforma de Whatsapp.

Para comunicarse por correo electrónico escribe a ait.lsmexico@gmail.com

El listado también puede consultarse en:

<https://emergenciacovid19ilsm.deaftech.com.mx/index.html>

GOBIERNO DE MÉXICO

