

Día Internacional de las **Personas con DISCAPACIDAD**

3 de
diciembre





CONTENIDO

- I. **Introducción**
- II. **Día Internacional de las Personas con Discapacidad**
- III. **Datos epidemiológicos**
- IV. **¿Qué es la discapacidad?**
- V. **Tipos de discapacidad**
- VI. **Factores de riesgo**
- VII. **Causas**
- VIII. **Medidas preventivas**
- IX. **Consejos prácticos.**

I.- Introducción

La población mundial cuenta actualmente con más de siete mil millones de personas. Más de mil millones (el 15%) viven con algún tipo de discapacidad, la mayor parte en los países en vías de desarrollo.

Está ampliamente demostrado que, una vez eliminados los obstáculos a la integración de las personas con discapacidad, estas pueden participar activa y productivamente a la vida social y económica de sus comunidades. Por ello es necesario eliminar las barreras de la asimilación de las personas con discapacidad a la sociedad.

La Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad reconoce que la existencia de estas barreras es un componente esencial de su marginación. La Convención subraya que la discapacidad es un concepto evolutivo “resultado de la interacción de las personas con disfunciones y de problemas de actitud y de entorno que socavan su participación en la sociedad”.

La accesibilidad y la inclusión de las personas con discapacidad son derechos fundamentales reconocidos por la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidades. Son las condiciones sin las cuales no pueden disfrutar de sus otros derechos. La Convención (artículo 9) pide que las personas con discapacidad puedan llevar una vida independiente y participar de forma activa en el desarrollo de la sociedad. Solicita a los Estados que tomen las medidas apropiadas para darles pleno acceso a la actividad cotidiana y eliminar todos los obstáculos a su integración.



II.- Día Internacional de las Personas con Discapacidad

En 1992, al término del Decenio de las Naciones Unidas para los Impedidos (1983-1992), la Asamblea General proclamó el día 3 de diciembre **Día Internacional de las Personas con Discapacidad**. El Decenio había sido un período de toma de conciencia y de medidas orientadas hacia la acción y destinadas al constante mejoramiento de la situación de las personas con discapacidades y a la consecución de la igualdad de oportunidades para ellas. Posteriormente, la Asamblea hizo un llamamiento a los Estados Miembros para que destacaran la celebración del Día, con miras a fomentar una mayor integración en la sociedad de las personas con discapacidades.

Hechos y cifras

- 🔍 Población mundial: Siete mil millones de personas
- 🔍 Más de mil millones sufre algún tipo de discapacidad (una de siete)
- 🔍 Más de cien millones de discapacitados son niños
- 🔍 Los niños con discapacidad tienen cuatro veces más posibilidades de ser víctimas de algún tipo de violencia
- 🔍 80% de las personas con discapacidad viven en los países en desarrollo
- 🔍 50% de las personas con discapacidad no tienen acceso a la sanidad
- 🔍 153 países han firmado la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad

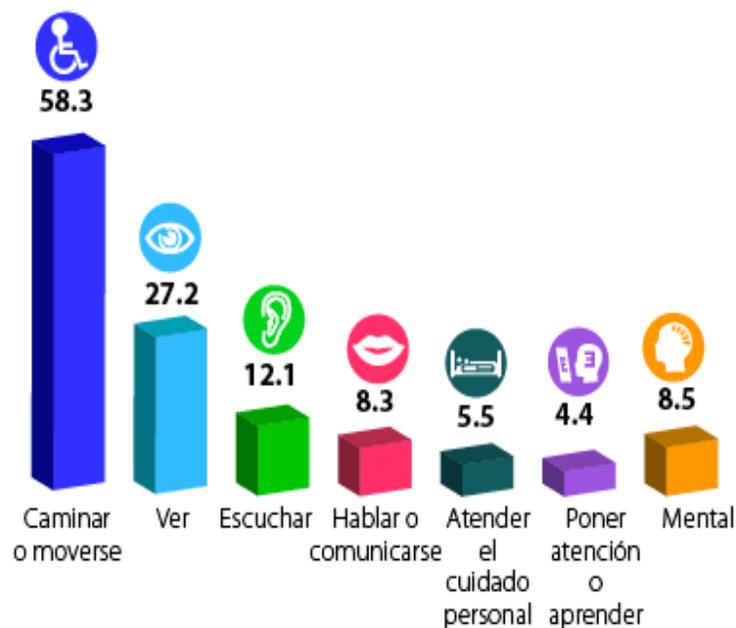
III.- Datos Epidemiológicos

Personas con discapacidad en México.

De acuerdo con datos proporcionados por el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) en México 5.7 millones de personas padecen alguna discapacidad, cifra que equivale a 5.1 por ciento de la población total en el país.

Del Censo de Población y Vivienda 2010 realizado por dicho Instituto se advierte que la población con discapacidad en el país está formada principalmente por adultos mayores, es decir, personas de 60 años y más, así como adultos entre los 30 y los 59 años; lo anterior revela que el riesgo de adquirir una discapacidad crece de manera importante, a medida que aumenta la edad.

Porcentaje de la población con discapacidad según dificultad en la actividad (Año 2010)





Las entidades federativas con mayor proporción de personas con discapacidad son:

- Zacatecas
- Yucatán
- Michoacán
- Nayarit
- Colima
- Oaxaca
- Puebla

Todas con proporción superior a la observada en la media nacional que es de 5.1 por ciento.

Las entidades con menor proporción de personas con discapacidad son:

- Chiapas,
- Quintana Roo
- Baja California
- Nuevo León.

El 58% de las personas con discapacidad tienen acceso a la educación y sólo 45 % de las personas con discapacidad asisten a la escuela.





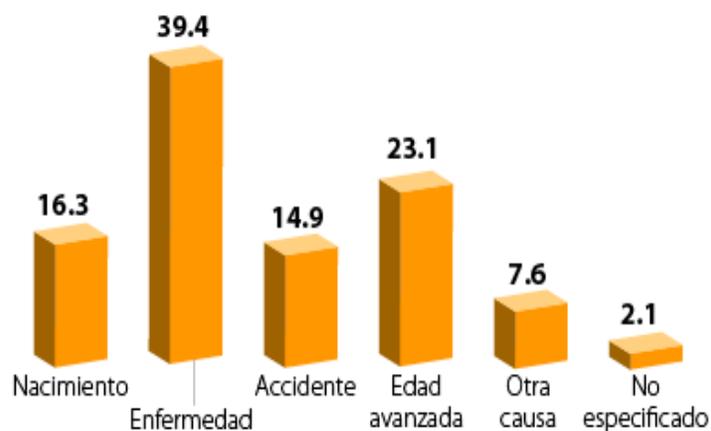
Causas de discapacidad

Los motivos que producen discapacidad pueden ser variados pero el INEGI los clasifica en cuatro grupos de causas principales: **nacimiento, enfermedad, accidente y edad avanzada.**

De cada 100 personas con discapacidad :

- **39** la tienen por que sufrieron alguna enfermedad.
- **23** están afectados por la edad avanzada..
- **16** la adquirieron por herencia, durante el embarazo o al momento de nacer.
- **15** quedaron con alguna lesión a consecuencia de algún accidente.
- **8** debido a otras causas.

Porcentaje de la población con discapacidad según causa de la misma (Año 2010).



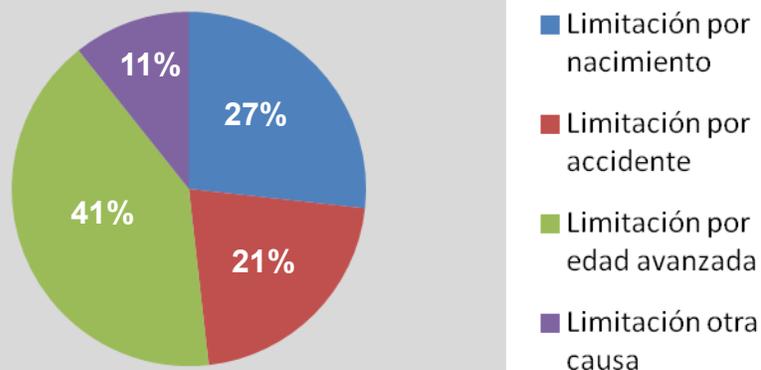
FUENTE: INEGI. Censo de Población y Vivienda 2010, *Cuestionario ampliado*. Estados Unidos Mexicanos/Población con discapacidad/Población total y su distribución porcentual según condición y causa de limitación en la actividad para cada tamaño de localidad y sexo. [Consultar](#)



Discapacidad en Puebla

Discapacidad en Estado de Puebla.	287,851 personas
Limitación por nacimiento	50,207 personas
Limitación por accidente	40,317 personas
Limitación por edad avanzada	77,144 personas
Limitación otra causa	20,092 personas

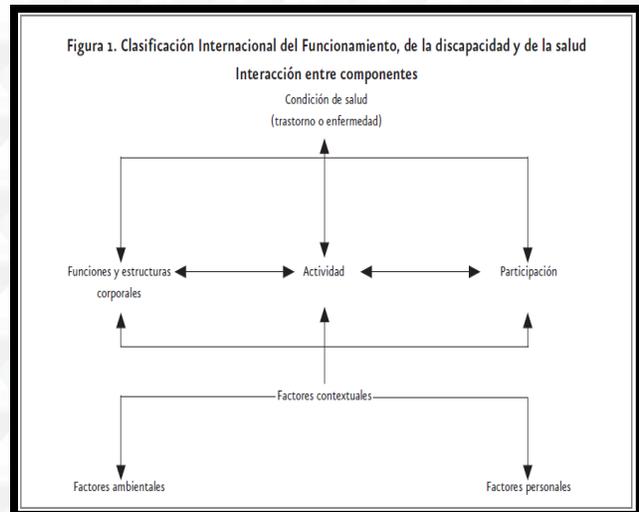
Porcentaje de tipos de discapacidad en Puebla (INEGI 2010)





VI.- ¿Qué es la Discapacidad?

De acuerdo con la *Clasificación Internacional del Funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud*, presentada en 2001, las personas con discapacidad **“son aquellas que tienen una o más deficiencias físicas, mentales, intelectuales o sensoriales y que al interactuar con distintos ambientes del entorno social pueden impedir su participación plena y efectiva en igualdad de condiciones a las demás”**.





V.- Tipos de Discapacidad



Caminar o moverse. Hace referencia a la dificultad de una persona para moverse, caminar, desplazarse o subir escaleras debido a la falta de toda o una parte de sus piernas; incluye también a quienes teniendo sus piernas no tienen movimiento o presentan restricciones para moverse, de tal forma que necesitan ayuda de otras personas, silla de ruedas u otro aparato, como andadera o pierna artificial.



Ver. Abarca la pérdida total de la vista en uno o ambos ojos, así como a los débiles visuales y a los que aún usando lentes no pueden ver bien por lo avanzado de sus problemas visuales.



Mental. Abarca cualquier problema de tipo mental como retraso, alteraciones de la conducta o del comportamiento.



Escuchar. Incluye a las personas que no pueden oír, así como aquellas que presentan dificultad para escuchar (debilidad auditiva), en uno o ambos oídos, a las que aún usando aparato auditivo tiene dificultad para escuchar debido a lo avanzado de su problema.



Hablar o comunicarse. Hace referencia a los problemas para comunicarse con los demás, debido a limitaciones para hablar o porque no pueden platicar o conversar de forma comprensible.



Atención y aprendizaje. Incluye las limitaciones o dificultades para aprender una nueva tarea o para poner atención por determinado tiempo, así como limitaciones para recordar información o actividades que se deben realizar en la vida cotidiana.



Autocuidado. Hace referencia a las limitaciones o dificultades para atender por sí mismo el cuidado personal, como bañarse, vestirse o tomar alimentos.



VI.- Factores de riesgo de Discapacidad en México

Orden	Mujeres		Hombres	
	Causa	%	Causa	%
1	Depresión unipolar mayor	6.5	Afecciones originadas en el periodo perinatal	5.9
2	Diabetes mellitus	6.3	Cirrosis y otras enfermedades crónicas del hígado	5.1
3	Afecciones originadas en el periodo perinatal	5.3	Consumo de alcohol	4.8
4	Anomalías congénitas	4.3	Agresiones y homicidios	4.6
5	Enfermedades isquémicas del corazón	2.8	Accidentes de tránsito	4.6
6	Osteo-artritis	2.3	Diabetes mellitus	4.5
7	Cataratas	2.2	Anomalías congénitas	4.0
8	Enfermedades cerebro-vasculares	2.2	Enfermedades isquémicas del corazón	3.5
9	Demencia y enfermedad de Alzheimer	2.1	Depresión unipolar mayor	2.6
10	Asma	2.0	Peatón lesionado	2.2
Total (millones de AVISA)		6.9	Total (millones de AVISA)	8.4

Fuente: Programa Sectorial de Salud, 2007-2012



VII.- Causas

Las causas más importantes de deficiencias al nacer son los factores biológicos, entre ellos los FACTORES GENÉTICOS. De los niños menores de 5 años con alguna discapacidad, un 70% es atribuible a factores genéticos y problemas al nacer.



a) Discapacidades por causas biológicas:

- Discapacidades por alteraciones en el número de cromosomas (Ejemplo: Síndrome de Down).
- Discapacidades al factor genético de tipo estructural.
- Discapacidades por genes mutantes.



• Discapacidades por causas ambientales:

Discapacidades por enfermedades maternas infecciosas, ejemplo: virus de la rubéola que puede producir defectos congénitos (sordera, retardo mental, defectos cardiacos, bajo peso al nacer). El citomegalovirus y la toxoplasmosis pueden producir defectos severos, mortalidad y abortos espontáneos.



c) Discapacidades por causas físicas: Agresiones que pueden causar alteraciones cromosómicas .

d) Discapacidades por sustancias químicas: involucran medicamentos, drogas de aceptación social, drogas ilegales, productos químicos y sustancias tóxicas en general

e) Discapacidades por causas sociales: ejemplo: violencia contra la mujer .

f) Discapacidades que se originan en el parto:

- Parálisis cerebral : La lesión ocurre generalmente durante los últimos meses del embarazo y hasta los primeros dos o tres años de vida.

Distocia de hombro y lesiones de plexo braquial: Distocia de hombro es cuando los nervios del hombro se estiran, comprimen o desgarran porque el médico tira demasiado fuerte del bebé al nacer.



Causas para las deficiencias y discapacidades en relación a la madre

ANTES DEL NACIMIENTO PRENATAL	DURANTE EL NACIMIENTO PERINATAL	DESPUÉS DEL NACIMIENTO POST NATAL
<ul style="list-style-type: none"> • Traumatismos o accidentes. • El contacto con agroquímicos • Consumo de medicamentos. • Consumo de alcohol. • Consumo de drogas. • Consumo de anticonceptivos. • Exposición a rayos x. • Factor congénito o hereditario. • Desnutrición por parte de la madre • Concepción del niño bajo drogas o alcohol. • Falta de consumo de hierro, ácido fólico. 	<ul style="list-style-type: none"> • Anoxia. • Traumatismos. • Enfermedades de transmisión sexual. • Uso de fórceps. • Problemas en el parto. • Negligencia médica. • Madre enferma. • Falta de equipo biomédico. 	<ul style="list-style-type: none"> • Traumatismos. • Fiebres. • Falta de vacunas • Desnutrición • Infecciones. • Consumo de medicamentos • Falta de control • Accidentes domésticos. • Falta de atención médica • Accidentes de tránsito. • Violencia intrafamiliar. • Factores psicológicos. 



VIII.- **Medidas preventivas**

A. Acciones de Prevención preconcepcional

Disponer de la información necesaria sobre aquellas situaciones pre disponentes o que suponen mayor riesgo de deficiencia para los bebés, como pueden ser: la hipertensión arterial de la madre, la diabetes, la isoimmunización con factor RH, la edad de los progenitores, las enfermedades infectocontagiosas, las drogo-dependencias, la malnutrición, las alteraciones metabólicas o genéticas, el embarazo gemelar o múltiple, los partos prematuros, los bebés nacidos con muy bajo peso.

Se deben tomar datos referentes al período preconcepcional, prenatal, neonatal y post-natal donde suele comenzar las deficiencias que con los años producirán las discapacidades en los niños.

El médico de familia debe educar a la futura embarazada en cómo evitar condiciones de riesgo, entre ellas, los hábitos tóxicos, la malnutrición, a modo de ejemplo podemos mencionar que hoy se recomienda comenzar la administración del Ácido Fólico dos meses antes de quedar la mujer embarazada como una forma efectiva de evitar las malformaciones del tubo neural.



B. Acciones de Prevención de discapacidades durante el embarazo

El primer aspecto a considerar es la “Captación Precoz”, es decir, la asistencia a consulta en cuanto se sospeche el embarazo. El mismo debe ser detallado en cuanto a las condiciones de la madre y se debe analizar los antecedentes de enfermedades.

Otro procedimiento lo constituye la “Fetoscopía”, que permite visualizar al feto para diagnosticar anomalías morfológicas.

Durante el embarazo no se debe consumir bebidas alcohólicas, como también fumar ni consumir drogas y se debe evitar la exposición a sustancias tóxicas.

Cuidar la higiene personal, la de los alimentos y la de el entorno, no mantener contacto con animales.



C. Acciones de Prevención de discapacidades durante el parto

Un aspecto importante a considerar para prevenir la discapacidad es el parto, las complicaciones durante el parto son un elemento causal importante de discapacidad o incluso de mortalidad.

El sistema de Salud debe ofrecer una asistencia médica de calidad a la parturienta, lo que va a permitir reducir la incidencia de discapacidad secundaria a factores perinatales.

Cuando la asistencia médica es de calidad se detecta precozmente la complicación (como ser: Hemorragias, posibles infecciones, partos obstruidos, pre-eclampsia y/o eclampsia) y se desarrolla acciones oportunas para neutralizarla.

D. Acciones de Prevención de las discapacidades del recién nacido

Las infecciones neonatales especialmente del sistema respiratorio y del sistema nervioso, la depresión severa al nacer, productora de lesiones por déficit de oxigenación del sistema nervioso central, y otras complicaciones.

Conocer y evitar los riesgos que corren los lactantes y los niños de corta edad de sufrir accidentes dentro y fuera del hogar.

Favorecer la calidad de la vinculación en el entorno familiar del niño/a y resaltar la importancia que tiene una adecuada estimulación física, psicoafectiva y social para propiciar el desarrollo.

Cumplir con los planes de vacunación establecidos por las autoridades sanitarias.

Comunicar al médico de las posibles enfermedades hereditarias en su familia.

La alimentación en el periodo de crecimiento ha de ser equilibrada, sana, con aportes de nutrientes variados y suficientes.



E. Acciones de Prevención de discapacidades congénitas

Para prevenir se debe realizar la detección de factores de riesgo que las predisponen y la realización de una consulta médica prenatal para poder realizar cambios en la conducta de la pareja, disminuir factores de riesgo reproductivo o corregir enfermedades que puedan alterar la evolución normal de un embarazo.

En relación a las anomalías cromosómicas y genéticas se debe realizarse un asesoramiento pre-concepcional que incluyan sugerencias de que la maternidad se produzca antes de los 35 años de edad y además analizar la incompatibilidad consanguínea de los progenitores.

Durante el embarazo la madre gestante debe consumir ácido fólico o complejos vitamínicos con la finalidad de prevenir anemias y malformaciones del tubo neural.

Las enfermedades más frecuentes son alteraciones cardíacas, del sistema nervioso central y esqueléticas. Para ello debe hacerse un buen control de los niveles de glucemia en el período pre-concepcional y del primer trimestre del embarazo, lo cual puede disminuir.



F. Acciones de Prevención de discapacidades producidas por enfermedades transmisibles

Una de las principales causas de discapacidad aun en países subdesarrollados como el nuestro son las enfermedades trasmisibles como la polio, la lepra y enfermedades virales.

En el caso de la polio y enfermedades virales una de las medidas de prevención es la vacunación que puede erradicar o atenuar algunas de estas enfermedades, y el oportuno tratamiento por lo general muy económico podría curar otras.

En el caso de la lepra el diagnostico temprano permitirá un tratamiento adecuado y la curación de la enfermedad; cortar la cadena de contagios; evitar las discapacidades que la enfermedad puede provocar.



IX.- Consejos prácticos

I. Visión del cuidado

- Todas las personas somos diferentes y es esta cualidad la que nos enriquece y nos motiva a dialogar o realizar acciones con otros.
- Hay dos rasgos distintivos que son comunes en las personas con discapacidad: por un lado tienen dificultad para realizar ciertas actividades y, por otro, desarrollan habilidades para compensar sus limitaciones, que nos asombran.
- En relación a otros aspectos de la vida, son como todos nosotros, quieren ser felices y esperan ser respetadas.
- Si queremos prestar ayuda a una persona con discapacidad y ser eficaces, lo primero es reconocer su particular diferencia, considerarlo como un ser integral y evitar la sobreprotección.





II. Consejos generales

1. Antes de ayudar a una persona discapacitada, debe darle la oportunidad para que ella lo solicite.
2. Plantee dos preguntas simples, si usted quiere ofrecer ayuda: ¿necesita usted ayuda?, ¿me puede usted indicar cómo hacerlo?
3. Actúe naturalmente, sin sentirse incómodo.
4. Hable directamente, mire la persona a los ojos.
5. Busque alguna forma de comunicación, responda a sus gestos.
6. Si tiene dificultades para expresarse, dele tiempo para que se comunique.
7. Si tiene dificultades para caminar, acompañe a la persona a su ritmo.
8. Si usa silla de ruedas y maneja por sí mismo, preste sólo la ayuda que la persona solicite.





III. Consejos prácticos

¿Qué cambios debo hacer en mi casa para facilitar los traslados?

1. El umbral de las puertas debe ser ligeramente mayor que el ancho de la silla de ruedas. Evite instalar escalones o reemplácelos por rampas adecuadas.
2. Si la persona logra dar algunos pasos, procure instalar apoya manos suficientes en distintos lugares de la casa, como el baño, la escalera o el pasillo, de manera que ella se desplace de la forma más independiente posible.
3. Evite el uso de alfombras porque hacen más difícil el desplazamiento con las sillas de ruedas.



III. Consejos prácticos

¿Qué adaptaciones debo realizar en los muebles de la casa para facilitar el acceso a una persona con discapacidad?

1. Asegúrese que la cama de la persona con discapacidad esté a la misma altura que la silla de ruedas. Las mesas, escritorios y lavamanos deben ser de la altura y profundidad adecuados para que pueda acceder a ellos con la silla de ruedas.
2. Todos los elementos habitualmente puestos en altura (artículos de baño, libros de uso frecuente y otros) deben ser colocados a baja altura.
3. ¿Cómo ayudar en las transferencias? Acerque la silla de ruedas, lo más posible, al sitio donde se transferirá la persona con discapacidad. Frene la silla. Colóquese cerca y, en forma coordinada con la persona, ayúdele desde el cinturón, bajo los brazos o desde las piernas. Identifique la forma más segura y útil según la persona a la que está ayudando.



III. Consejos prácticos

¿Cómo puedo ayudar a una persona con discapacidad en la calle?

1. Busque y utilice, en lo posible, las rampas para sillas de ruedas, para subir o bajar las cunetas. Ayude a la persona a establecer la ruta de acceso más fácil para llegar a un determinado lugar. Considere los sitios especialmente adaptados para discapacitados.
2. Si al ayudar debe enfrentarse a una escalera, hágalo de la siguiente manera: para subir, colóquese usted un escalón más arriba, incline la silla y gírela, de manera que sean las ruedas grandes las primeras en subir los escalones; la persona con discapacidad intentará ayudar, impulsándose del apoya manos.
3. Para bajar, quien ayuda se coloca un escalón más abajo, inclina la silla y la gira, de manera que las ruedas grandes sean las primeras en bajar cada uno de los escalones. La persona con discapacidad ayuda frenando la bajada desde el apoya manos.





Directorio

Dr. Neftalí Salvador Escobedo Zoletto
Secretario de Salud y Director General
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

Dr. José Mario Márquez Amezcua
Subsecretario de Salud y Coordinador
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla

Dr. Leandro Hernández Barrios
Director de Salud Pública y Vigilancia Epidemiológica

Elaborado por:

Coordinación Estatal de Discapacidad
y
Departamento de Promoción de la Salud
de los Servicios de Salud del Estado de Puebla
