



MANUAL CIUDADANO

para conocer la discapacidad





MANUAL CIUDADANO

para conocer la Discapacidad



PARA LA DISCAPACIDAD

H. AYUNTAMIENTO DE PUEBLA
INSTITUTO MUNICIPAL DE PLANEACIÓN
CONSEJO CIUDADANO PARA LA DISCAPACIDAD

TEMARIO

Mensaje

1. ¿Qué es discapacidad?
2. Algunos mitos respecto a la discapacidad
3. ¿Sabes cuantos tipos de discapacidad existen?
4. ¿Cuántos somos y en dónde estamos?
5. ¿Se puede prevenir la discapacidad?
6. ¿Sabes que es la rehabilitación?
7. Impacto emocional en la persona con discapacidad y su familia
8. Discriminación y lenguaje
9. ¿Cómo interactuar con respeto y ánimo inclusivo?
10. Recomendaciones para la interacción inclusiva
11. Accesibilidad Universal
12. Inclusión social
13. Investigación y desarrollo
14. Normatividad y derechos
15. Servicios en el municipio de Puebla
16. Directorio de organizaciones

CARTA A LA CIUDADANÍA

Desde el inicio de nuestra administración trabajamos para establecer criterios de inclusión y desarrollo colectivo en el que toda la población estuviera incorporada. Lo hemos hecho así no sólo por obligación ética y por convicción, sino como parte de la responsabilidad adquirida por nuestro país al suscribir la *Convención de Naciones Unidas de los Derechos de las personas con Discapacidad*.

No se trata simplemente de realizar acciones reactivas, sino de asumir una posición proactiva, proveyendo información no sólo a las personas con discapacidad, sino a todos los sectores de la población. Se trata, pues, de crear cultura y de incorporarla a la vida cotidiana de la ciudad, a efecto de contar con una sociedad sensibilizada, que rechaza los estereotipos y, por supuesto, los prejuicios y las prácticas nocivas respecto de las personas con discapacidad, pero, sobre todo, que conoce los posibles aportes que este sector puede realizar a la sociedad misma para incorporarlo a su proceso de desarrollo.

De tal suerte, por ejemplo, hacemos énfasis en la observancia de la Ley para las personas con discapacidad del Estado de Puebla, así como del *Manual Técnico de Accesibilidad aplicable a Construcciones en el Municipio de Puebla*, recientemente aprobado, cuyo objeto es que los servicios urbanos y los privados de uso público eviten barreras arquitectónicas, de comunicación y de usabilidad. Todo esto con objeto de facilitar la inclusión de las personas con discapacidad en los distintos campos de la vida social, así como generar una cultura social inclusiva.

El propósito de este Manual es abonar en este objetivo superior de romper paradigmas para que, la infraestructura urbana y sus servicios, posibiliten la movilidad con seguridad y autonomía de toda la población, y en particular de las personas con discapacidad. Así, este Manual seguramente va a contribuir a generar, en el mediano y largo plazo, la sociedad humanista, incluyente, generosa y solidaria que hace, con sus acciones, la Ciudad que *Todos Queremos*.

Mtro. Eduardo Rivera Pérez
Presidente Constitucional del Municipio de Puebla
Administración Municipal 2011-2014

MENSAJE DE BIENVENIDA

...los derechos humanos son la expresión jurídica de la dignidad inherente de la persona, dignidad anterior y superior al derecho positivo. Su respeto y garantía constituyen requisitos para el desarrollo integral de los individuos, de las personas, para la justicia en la sociedad, para la paz entre los ciudadanos y para la construcción de una verdadera democracia.

Carlos Abascal Carranza

A decir verdad, hoy, mientras mayor sea el respeto a la dignidad de las personas, de mayor calidad será nuestro Estado democrático. Ante ello, también es una realidad que se multiplican y diversifican las demandas sociales, haciendo necesario el superar las tradicionales formas de coordinación y acción, pues no existe ya ninguna estructura o dispositivo, que en forma centralizada, pueda elaborar respuestas con sentido único y que además sean generalizables en todo el conjunto social, mucho menos aún el proveer soluciones integrales concebidas, planificadas, implementadas y controladas por un sólo agente, institución o grupo social. El invaluable trabajo desarrollado por el *Consejo Ciudadano para la Discapacidad* es una muestra clara de que la ciudad es un proceso vivo, que se construye y transforma día a día exigiendo de nosotros una readaptación inteligente a los cambios suscitados en el espacio; sin embargo, antes de un cambio físico está el compromiso de un cambio social, de cultura y en la forma de gobernar.

Por ello, es la condena a la dualidad de construir destruyendo, para dar paso a la edificación de una ciudad que atesora su pasado y conjuga sus diversas realidades para revitalizarse constantemente, principalmente en lo que a garantizar accesibilidad universal se refiere.

El presente manual es una herramienta para la ciudadanía y la autoridad que permitirá garantizar su acercamiento con una realidad urbana que equivocadamente ha dejado de lado al 3.1% de la población que vive en nuestro municipio, las personas con algún tipo de discapacidad.

Revalorizar social y culturalmente a la ciudad, es una tarea conjun-

ta que parte desde los correctos lineamientos para la construcción de banquetas en la ciudad, hasta el respeto que todos debemos conservar a lugares de estacionamiento, la instalación de publicidad sobre la banqueta o la altura para colocación de cortinas que cubran el sol a los negocios. La tarea ha iniciado desde el 2011 con la creación del IMPLAN desarrollando diversas acciones que posibiliten una mejor ciudad, un mejor espacio público, mas acceso a centralidades, más mezcla de poblaciones y funciones, pero ante todo más participación ciudadana.

Sin lugar a dudas el objetivo de este documento, así como las actividades que desarrollamos en coordinación con el *Consejo Ciudadano para la Discapacidad* es dar valor ciudadano al espacio público, en donde podamos observar que la vida de la ciudad, su calidad democrática y su supervivencia se deciden de manera colectiva, accesible y polivalente, generando sentido y significado.

En suma, el IMPLAN busca impulsar una ciudad compacta, en donde exista la heterogeneidad de la población y en la que se entremezclan actividades y funciones diversas que generen múltiples intercambios, socializando pautas de comportamiento y multiplicando los contactos sin importar condiciones físicas, porque el espacio es de todos, de nosotros, es público.

L.D. Luis Armando Olmos Pineda
Instituto Municipal de Planeación
Coordinador General

PRESENTACIÓN

El *Consejo Ciudadano para la Discapacidad del municipio de Puebla*, que según la normativa vigente funge como órgano propositivo y de consulta, conformado por miembros de distintas instituciones, de forma voluntaria, es fiel representación de la participación ciudadana organizada.

El presente Manual se ha realizado, de manera sencilla y con carácter de divulgación, exponiendo elementos básicos con objeto de colaborar en nuestro municipio en el proceso de inclusión de las personas con discapacidad en todos los campos: *educación, salud, trabajo, cultura, turismo, recreación, deporte, en fin, todos los aspectos de la vida social.*

Se ha avanzado en los últimos años, sin embargo aún se requiere que hagamos cambios en nuestra forma de percibir y valorar a quienes tienen alguna discapacidad, no desde la lástima ni la limosna, ni de la sobreprotección, sino de diseñar todo nuestro entorno facilitando que sea disfrutado por cualquier persona, con las características de estructura y funcionamiento corporal, sensorial o intelectual que tenga.

Sabemos que las personas con discapacidad pueden desarrollarse plenamente, ser productivos económicamente y/o lograr sus aspiraciones ocupacionales y personales, si entre todos eliminamos barreras que significan una limitación para las actividades de quienes presentan alguna discapacidad, y con ello restringiendo su participación en la vida de la comunidad.

En el *Manual* se expone que tales barreras pueden ser desde las físicas en nuestras banquetas, en nuestros negocios, hasta las de actitud, menospreciando o siendo indiferentes, también siendo poco creativos para pensar y diseñar un mundo en que cada producto, cada servicio o espacio pueda ser utilizado por personas que no ven o que no oyen, que les cuesta más trabajo entender y recordar algo, o bien que tienen movilidad reducida.

Cada sector ha de realizar lo que le corresponde, la administración tendrá que aplicar un enfoque inclusivo en cada una de sus acciones de gobierno, en cada una de las políticas públicas; y a su vez, velar por

hacer valer la legislación que regula los derechos de todos. Tendrá que armonizar las normativas y regulaciones para que éstas sean acordes a los avances internacionales en el abordaje de la discapacidad.

Entendemos también, que la responsabilidad de salir adelante no es solo del individuo con una característica funcional distinta a la mayoría, o de su familia, sino de toda la sociedad en que se encuentra. Es tarea de corresponsabilidad social.

Estamos seguros que si todos hacemos nuestra transformación, construiremos una sociedad inclusiva. No se trata de falsos optimismos, sino de compromisos colectivos.

A veces desconocemos que hay avances, oportunidades, sitios en donde se realizan actividades, espacios que cuentan con servicios, instituciones públicas y privadas que están desarrollando acciones para brindar los apoyos requeridos; por ello hemos insertado un apartado a manera de directorio de diversas entidades que los ofrecen.

También escribimos hacia las familias y las propias personas con discapacidad, para que no reciban pasivamente, sino que tomemos la vida en nuestras manos y así, con las condiciones que cada quien tenga, nos esforcemos para salir adelante, muchos han demostrado a la humanidad su fuerza y entereza, teniendo logros impresionantes; sin embargo, es más difícil solos y aislados.

Por ello, invitamos a acercarnos, a tender redes humanas, redes ciudadanas para conformar un entorno en que quepamos todos, un municipio de Puebla inclusivo.

Dra. Natalia Sardá Cué
Consejo ciudadano para la discapacidad
Presidenta



¿QUÉ ES DISCAPACIDAD?

Las **personas con discapacidad** son aquellas que tienen una o más deficiencias físicas, mentales, intelectuales o sensoriales que al interactuar con distintos ambientes del entorno social, pueden impedir su participación plena y efectiva en igualdad de condiciones a las demás¹.

La definición de la discapacidad ha ido cambiando en las distintas épocas de la humanidad, antiguamente se había pensado que:

- > Era resultado de un **castigo** por algo hecho por los padres.
- > Era un **maleficio** ocasionado por brujería.
- > Era una **deficiencia** de la persona y cada quién tenía que resolver su problema.

Esta forma de pensar obstaculiza que las personas con discapacidad se integren a la sociedad.

Una persona puede presentar una **deficiencia física, mental, intelectual o sensorial** pero su participación y realización de actividades comúnmente son limitadas o facilitadas por las condiciones del entorno en donde se desenvuelve; siendo tarea de todos nosotros que sean respetados y se sientan con el mismo valor que el resto de la población.

Con los apoyos adecuados las personas con discapacidad pueden realizar sus actividades y participar en los distintos medios y grupos sociales.



> Alguien con ceguera puede **navegar en internet, leer y escribir documentos**, etc., usando una computadora con lectora de pantalla que lee en voz alta.

> Quien no oye puede conocer las noticias cuando se presentan con intérprete de lenguaje de señas.



La idea que tengamos de la discapacidad, guía el tipo de atención que le damos.

Por ejemplo:

A. Si nosotros pensamos que las personas con alguna discapacidad son "pobrecitos" y no pueden salir adelante, entonces:

- Les damos una limosna.
- Les queremos hacer todo, resolverles cualquier requerimiento.
- Los arrumbamos en la casa o en un centro y no los incluimos en la vida familiar.

B. Si nuestra idea es que son peligrosos, no nos acercamos y queremos se les recluya en un lugar aislado.

C. Si creemos que tienen una discapacidad por nuestra culpa, nos avergüenzan porque pensamos que los demás nos van a ver mal, entonces los escondemos y no queremos que sepan que son nuestros hijos o hermanos.



¹ Convención de los derechos de las personas con discapacidad. ONU, 2006.



Pero también tenemos la oportunidad de...

D. Considerar que son personas igual que los demás, únicamente con diferencia en las características de su cuerpo o del funcionamiento de sus órganos de los sentidos. Entonces los incluimos en las distintas acciones de la familia, la escuela, el trabajo, la recreación, etc. Esta última posición, es considerada como la visión moderna de la discapacidad, y nos plantea la pregunta.

¿Quién es responsable de lograr que las personas con discapacidad accedan a los bienes y servicios de la sociedad?



Para responder esta pregunta, es importante saber que existen dos perspectivas o visiones de la interacción de la personas con su entorno:

<p style="text-align: center;">Concepción excluyente</p> <p>La percepción de que es el individuo el que tiene que adecuarse al medio, lleva a que <i>“cada quién se rasque con sus uñas”</i> en un mundo diseñado para la mayoría. Así se hace responsable de la limitación a la persona.</p> <p style="text-align: center;">LIMITACIÓN DEL SER HUMANO PARA ACCEDER</p>	<p style="text-align: center;">Concepción inclusiva</p> <p>Existe un entorno mal diseñado que impide el acceso para los que no cuentan con características físicas o funcionales exactamente como las mayorías, por tanto es de toda la sociedad la responsabilidad de diseñar entornos pensando en todos.</p> <p style="text-align: center;">INSUFICIENCIA DEL ENTORNO PARA PERMITIR EL ACCESO</p>
---	---

Si nosotros adoptamos esta nueva concepción inclusiva, entonces podríamos contar con una *sociedad* en donde, por ejemplo:

- **Los maestros** diseñen sus métodos de educación pensando en las distintas características de aprendizaje.
- **Los arquitectos** realizarían diseños y construcciones pensando en las distintas formas de ingresar a las edificaciones y desplazarse en las ciudades.
- **Los medios de comunicación** considerarían distintas maneras de emitir sus mensajes, a todo tipo de público.
- **Nosotros y nuestros vecinos**, evitaríamos poner obstáculos sobre las banquetas, tales como los anuncios de negocios, rampas para el acceso de automóviles, macetas, etc.
- **La autoridad**, realizaría la correcta instalación y reubicación de casetas telefónicas, puestos de periódicos, centros de comunicación; así como, la construcción de rampas de acceso para personas que utilizan silla de ruedas, la instalación de huella podotáctil, etc.



ALGUNOS MITOS RESPECTO A LA DISCAPACIDAD

Un **mito** es una idea falsa que no corresponde con la realidad, las personas creemos en ellos muchas veces sin darnos cuenta de cuan absurdos pueden ser:

Con base en estos mitos se crean muchos prejuicios que son transmitidos en la sociedad como si fueran verdades y hasta necesarios para convivir:

Algunos de los mitos frecuentes en nuestra sociedad son:

MITOS	REALIDADES
La discapacidad es contagiosa	<p>La discapacidad no es contagiosa, por lo cual no tienes que preocuparte al convivir con una persona que tenga algún tipo de discapacidad.</p> <ul style="list-style-type: none"> Cualquier persona puede sufrir un accidente automovilístico; una mamá puede tener malos cuidados en el embarazo (fumar por ejemplo) o contraer sarampión en los primeros meses de formación del feto, carecer de ácido fólico; y no cuidarnos correctamente... y con cada uno de estos casos podemos adquirir discapacidad, pero nunca contagiarnos de su discapacidad.
Son unos angelitos	Igual que no son un castigo divino, ni posesión del demonio, tampoco son seres divinos, simple y sencillamente son personas. Requieren ser tratados como tales, para no llegar a la vida adulta indefensos y dependientes.
Son un castigo de Dios	Debemos entender que cada tipo de discapacidad tiene una explicación científica de su origen.
Son asexuales	Sexualidad es algo mucho más amplio que sexo y, consecuentemente, sexo es mucho más que genitalidad. La persona con discapacidad física, sea hombre o mujer, tiene vida sexual, se enamora, se casa y en la mayor parte de los casos puede tener hijos.
Son peligrosos	La discapacidad no genera peligrosidad . Nosotros no estamos acostumbrados o desconocemos los comportamientos o algunas características corporales de las personas con discapacidad, por lo cual en ocasiones nos causan temor.

MITOS	REALIDADES
No pueden tomar decisiones	Como cualquier otra persona si se les ofrece la información clara y suficiente no solo pueden tomar sus decisiones, sino que es un derecho. En algunos casos extremos se lleva a intervención legal.
Están enfermitos	NO están enfermos . Algunas discapacidades puede ser secuela de una enfermedad, pero no es la propia enfermedad.
No tienen vida propia	Si se les aleja del mundo, se les sobreprotege, se les tendrá al lado pero con los apoyos adecuados pueden desarrollarse de manera autónoma. Cada persona en la condición en que se encuentre, mantiene sentimientos y aspiraciones.
Son como niños (eternos)	Tienen intereses, impulsos, cambios hormonales como el resto de la población. Se debe promover para la vida adulta la maduración y la autodeterminación.
Son solo los que están en silla de ruedas	Se consideran personas con discapacidad aquellas que tienen limitaciones en su actividad sea visual, auditiva, motriz, intelectual o psicosocial.
En mi familia nunca había pasado	Expresión tendiente a culpabilizar; tiene una carga de menosprecio. Las grandes causas de discapacidad no tienen origen genético y no son hereditarias. En la mayor parte de los casos, resultan de la falta de saneamiento básico que ocasiona infecciones, así como la falta de asistencia pre-natal y en el parto; aunque no debemos olvidar los accidentes de automóvil y la violencia por arma de fuego.
A mí no me puede pasar	A todos nos puede pasar a lo largo de nuestra vida un accidente, una enfermedad, tener hijos con alteraciones genéticas o por descuidos médicos... con la edad cualquiera puede llegar a tener una discapacidad.
Yo no discrimino	¿¿¿¿no????? ¡Seguro?... revisa....



¿SABES CUÁNTOS TIPOS DE DISCAPACIDAD EXISTEN?

El INEGI² ha agrupado a los más conocidos, según el tipo de actividad que se realiza con dificultad:



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 sea de otra persona, de silla de ruedas o de algún 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 tienen 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.

Estas dificultades en las actividades se han agrupado de forma general en los siguientes tipos de discapacidad: *física, visual, auditiva e intelectual.*

²XIII Censo de Población y Vivienda 2010, Instituto Nacional de Estadística y Geografía



¿CUÁNTOS SOMOS Y EN DÓNDE ESTAMOS?

La *Organización Mundial de la Salud* considera que en general un 10% de la población tiene alguna discapacidad visible o no. De acuerdo a los censos de población realizados por el **INEGI**, se detectan los casos más evidentes de discapacidad pero quedan sin registrarse muchos que no son tan perceptibles³.

A pesar de ello, sabiendo que hay un registro impreciso o insuficiente, los datos del Censo de 2010 nos indican una primera aproximación. Según el Censo de Población del 2010 realizado por el **INEGI**, en todo México hay 5 millones 739 mil 270 personas que tienen algún tipo de discapacidad. Lo que representa un 5.1 % de la población total.

- En el Estado de Puebla hay 246,000 personas con una o más discapacidades.
- En el Municipio de Puebla hay 46,977 personas con alguna discapacidad.

Con los datos del **INEGI**, la cantidad de personas en el Estado y en el Municipio de Puebla según el tipo de discapacidad se distribuyen como muestra el cuadro número 1.

Cuadro No 1. Distribución de población según tipo de discapacidad

Tipo de discapacidad	Visual	Auditiva	Motriz	Intelectual	Lenguaje
Estado de Puebla	63,575	27,584	119,109	28,926	21,486
Municipio de Puebla	13,623	4,801	24,327	6,985	3,459

Fuente: Datos XIII Censo de Población. INEGI 2010

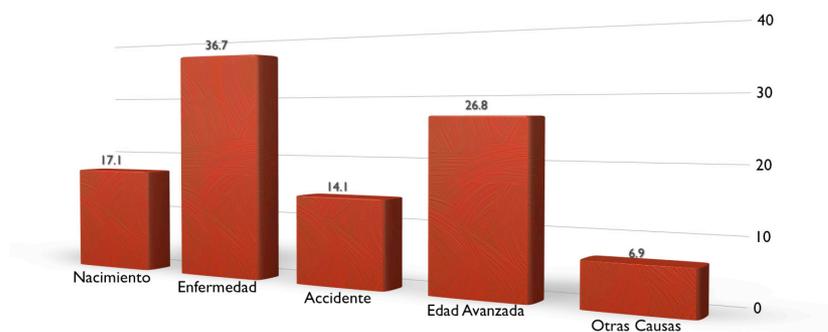
³ El Censo no es el instrumento idóneo para detectar con precisión la discapacidad, para eso se requieren estudios llamados epidemiológicos, por ello la *Organización Mundial de la Salud* estima que el porcentaje de discapacidad es de un 10% de la población.

Muchas personas tenemos la idea de que, la mayoría de las discapacidades son adquiridas al momento de nacer; sin embargo en el estado de Puebla tan sólo un 17% son obtenidas en esta etapa, el restante 83% se adquieren a lo largo de la vida (**INEGI, 2010**).

Es por esto, la importancia de ser sensibles al tema, por un lado porque la información y concientización puede ayudar a prevenir discapacidades y por otro, porque es una condición a la que todos estamos expuestos debido a alguna enfermedad, un accidente o por el simple hecho de envejecer.

De acuerdo a las estadísticas del Censo de Población de 2010 en el Estado de Puebla, el **INEGI** reporta que la principal causa en la adquisición de una discapacidad es la enfermedad (36%), seguida por la edad avanzada (26%), el nacimiento (17%), los accidentes (14%) y por último, otras causas no especificadas (6%). Ver grafica 1.

Gráfica No 1. Causas de la discapacidad. Porcentajes en el Estado de Puebla. 2010



Fuente: Elaboración propia. Base de datos INEGI 2010



¿SE PUEDE PREVENIR LA DISCAPACIDAD?

La **discapacidad** forma parte de la condición humana: casi todas las personas sufrirán algún tipo de discapacidad transitoria o permanente en algún momento de su vida. **Es en los extremos del ciclo de la vida en donde nos volvemos más vulnerables.**

Sin embargo, sabías que la discapacidad puede ser prevenida si se mantiene puntual atención en las etapas de la vida, por ejemplo:

➤ Antes, durante y después del parto

Una persona se crea a partir de la concepción y desde este momento se pueden generar las condiciones para que aparezca una **discapacidad**. Es el caso de falta de ácido fólico, que puede provocar que el bebé nazca con trastornos neurológicos que se reflejan en dificultades para caminar o moverse, por ejemplo. Por ello es muy importante que especialmente durante el embarazo la madre tome las tabletas de **ácido fólico** que le indiquen en su centro de salud.

Es importante que en cuanto se crea que existe un embarazo se acuda al médico para que evalúen el estado de salud de la mamá y el de su bebé. Así durante todo el embarazo, durante el parto y los meses posteriores al mismo, se debe acudir al médico para que esté muy pendiente del estado de salud de la mamá y de su bebé.

Pueden prevenirse los casos de ceguera de nacimiento provocados por la transmisión de la madre al feto durante el embarazo, por ingerir carne cruda o poco cocida que esté infectada de toxoplasmosis, o por el contacto con gatos especialmente cuando se manipula la arena o tierra en donde defecan. ◀



➤ Durante la infancia

Es importante estar pendiente de que el niño tenga un crecimiento y un desarrollo de acuerdo a su edad. Por eso debes de consultar con un experto para ver que todo vaya bien. El pediatra te podrá orientar pero si tienes alguna duda no dejes de acudir al centro o servicio de rehabilitación más cercano.

La discapacidad más frecuente en los niños se da por problemas en el **sistema nervioso** lo cual se puede observar desde los primeros días en el amamantamiento. También se debe estar seguro de que el niño sienta, vea, oiga y hable a la edad adecuada.

Otras causas de discapacidad en los niños pueden ser los **accidentes** o la **violencia**. Es importante evitar que deambulen en sitios elevados o cerca de pozos sin protección.

No deben de estar cerca de objetos calientes o cerca de enchufes, cables de luz o que tenga acceso a frascos o recipientes que contengan sustancias peligrosas. ◀

➤ Durante la adolescencia

Los jóvenes están más propensos a los accidentes automovilísticos o a las consecuencias de participar en riñas lo cual es la primera causa de discapacidad en esta etapa de la vida. Las causas que pueden favorecer lo anterior son el alcoholismo y la drogadicción; por ejemplo, las bebidas alcohólicas adulteradas por metanol provocan ceguera.

Por ello es importante favorecer una vida sana, la práctica de algún deporte o acercarse al arte puede ser una buena alternativa.

De cualquier forma ante la sospecha de que un joven tiene problemas de alcoholismo o drogadicción se puede pedir ayuda en los centros de salud o en los servicios médicos, a fin de encontrar la orientación necesaria. Durante la infancia y adolescencia, especialmente, se debe prevenir y estar alerta de infecciones oculares, particularmente una enfermedad que lleva hasta la pérdida de la vista, si no se trata a tiempo, es el **tracoma**. La cual es una bacteria que se contagia por contacto directo de secreciones de ojos o nariz, incluso por el uso de toallas de quien la tiene, o a través de moscas. Principalmente se presenta en medio rural. Esta infección se detecta por irritación de los párpados por varios días, provocando cambios progresivos hasta la inversión de las pestañas y estas a su vez, afectan a la córnea, provocando su opacidad y finalmente ceguera. Se cura si es tratada a tiempo. ◀



➤ Durante la adultez

En las personas adultas los tipos de discapacidad más frecuentes se deben a enfermedades como la diabetes, la presión arterial alta o los problemas del corazón. Y estos problemas se generan por malos hábitos de alimentación, la falta de ejercicio o las preocupaciones constantes que se tienen por los estilos de vida en nuestra ciudad.

Por eso es importante que las personas adultas acudan por lo menos una vez al año a chequearse con su médico de confianza a fin de que se reciba orientación sobre cómo prevenir estas enfermedades y en caso de que se diagnostiquen establezca un tratamiento adecuado y oportuno.

Entre las principales causas de adquisición de ceguera en México se encuentran:

- **Cataratas.** Produce deslumbramientos y molestia ante la luz intensa, percepción borrosa y defectuosa del color e incapacidad para ver de cerca.
- **Glaucoma.** la persona poco a poco va perdiendo la visión periférica, oscureciéndose el rededor y viendo solamente en la parte central, si no se trata conduce a ceguera.
- **Desprendimiento de retina.** Se puede producir a causa de golpes, por retinopatía diabética, o miopía degenerativa.
- **Retinopatía diabética.** Produce disminución de la agudeza visual, pérdida de la visión de colores, y problemas de campo visual. ◀



Es muy importante acudir con un gerontólogo, que es el profesional que estudia y asesora sobre todos los problemas que se viven conforme se envejece, problemas de salud, emocionales, del trabajo, legales, sociales y se encarga de brindar asesoría para lograr un modelo de “**envejecimiento exitoso y saludable**” que te aleje de la posibilidad de presentar algún tipo de discapacidad. ◀

En Puebla existen diferentes centros gerontológicos que pueden orientar para tener una “**vejez exitosa**”.

➤ Durante la tercera edad

Ser viejo no es igual a ser una persona con **discapacidad**, sin embargo se reconoce que con el correr de los años nuestras facultades físicas y mentales pueden ir disminuyendo.

El ritmo del envejecimiento puede hacerse más y más lento si llevamos una vida sana, con buenos hábitos, manteniéndonos activos y con ganas de seguir aspirando a ser mejores personas.

Existen enfermedades llamadas **crónico-degenerativas** que obedecen al proceso de desgaste natural del cuerpo humano y que por lo tanto son más frecuentes en la vejez.

Estas son las causas principales de discapacidad durante esta etapa de la vida, como ejemplo tenemos a diversos tipos de cáncer; osteoporosis, osteoartritis, enfermedades respiratorias, cardiovasculares o las demencias. La manera de prevenir la discapacidad en esta edad, es tener controladas las enfermedades por nuestro médico de confianza, preferentemente asesoramos por un geriatra, que es el médico encargado de tratar las enfermedades de la vejez.

Revisa el directorio de este manual para que sepas en dónde te puedes informar sobre lo último de los avances para tu tipo de discapacidad. Y recuerda que:

¡Entre más pronto se hace un diagnóstico más fácil es tratarlo!

La detección oportuna es la mejor prevención.

Cuando las limitaciones para caminar y moverse, ver, escuchar, hablar o comunicarse, poner atención o aprender; valerse por uno mismo o relacionarnos con los demás, son detectadas y tratadas oportunamente, el impacto de éstas sobre la vida personal y social de la persona será menor.

Si tu hijo/a...

- Muestra dificultad para moverse o no adquiere las conductas básicas del primer año de vida, como sentarse, gatear y caminar.
- No muestra interés por alcanzar objetos ni por desplazarse en el espacio.
- Muestra dificultad para seguir un objeto en movimiento o para hacer contacto visual con el adulto.
- Se tarda en responder cuando le hablan o no gira la cabeza en dirección al sonido.
- No participa activamente en los juegos que le propones, como imitar sonidos del ambiente.
- No muestra intención de comunicarse a través de gestos, sonidos o balbuceos.
- No incrementa gradualmente la variedad de sonidos y combinaciones de sílabas y, a medida que crece, el número de palabras.
- No reconoce su nombre, no demuestra afecto o no sonríe en respuesta al adulto.
- Responde con demasiada intensidad a algunos estímulos, le disgusta que lo carguen o lo toquen, o se muestra irritable de manera permanente sin una causa clara.
- Demuestra falta de interés por el entorno.

¡¡No te quedes con la duda!!

Consulta al médico de tu comunidad o de tu centro de salud, para que te oriente y canalice a la institución adecuada.



¿SABES QUÉ ES LA REHABILITACIÓN?

La **rehabilitación** es muy importante para las personas con discapacidad y sus familias. Ayuda a las personas con discapacidad a mejorar todas sus capacidades con el fin de poder realizar mejor sus actividades y tareas, posibilitando que sean parte de su comunidad y tengan una mejor calidad de vida.

En Puebla existen una gran cantidad de centros y servicios de rehabilitación públicos y privados. Lo más importante es que acudas a aquellos servicios que cuentan con el personal capacitado para atenderte a ti y a tu familia.

La **rehabilitación** se realiza a través de un equipo de profesionales que te ayudarán a mejorar al funcionamiento de tu cuerpo, de tu mente y de tu espíritu para que puedas convivir con tu familia, tus amigos y con toda tu comunidad

Revisa el directorio de este manual para que sepas a dónde acudir



IMPACTO EMOCIONAL EN LA PERSONA CON DISCAPACIDAD Y SU FAMILIA

Tener un hijo con alguna **discapacidad** es inicialmente muy difícil de asumir para los padres.

Cuando se va a tener un hijo se tienen muchas fantasías en torno a cómo va a ser y qué va a ser en su vida; y a partir del nacimiento, en el momento en el que se recibe la noticia, estas fantasías se irán ajustando a las características del niño real. Ante la noticia de que el bebé tiene una **discapacidad** los padres se ven profundamente afectados; inicia un intenso proceso de duelo por la pérdida del hijo deseado.

Los padres experimentan **vulnerabilidad emocional** que les provoca una gran inseguridad en su función como padres. Es un proceso largo pero necesario para la aceptación del niño que ha nacido, y poder llegar a desear ser padres de ese hijo. Este proceso conduce a una progresiva aceptación de la realidad. Desde que se comunica el diagnóstico, los padres atraviesan por diferentes etapas:

- Estado de shock y angustia inicial.
- Negación (“**los médicos se han equivocado**”), enojo o tristeza.

- Equilibrio y sensación de confianza en la propia capacidad para ocuparse del hijo tal y como es.

- Reorganización y ajuste a la situación.

Finalmente la familia organiza su vida en función de las necesidades del niño, sin descuidar las actividades de los demás integrantes.

Es importante la **atención temprana**, dirigida al niño y a su familia para colaborar en el proceso de estructuración de la personalidad del niño, potenciar su desarrollo, facilitar los recursos necesarios para su adaptación, crecimiento, así como dar apoyo a la familia.





Una vez que se ha aceptado al hijo con **discapacidad** así como sus aspectos más débiles y más fuertes, el niño está en mejores condiciones de integrarse socialmente. La persona que se enfrenta a una discapacidad puede tener respuestas emocionales como *miedo, tristeza, angustia, rabia, apatía, desesperanza*.

Son reacciones normales mientras que su duración e intensidad no afecten el fun-

cionamiento de la persona.

La persona con **discapacidad** en muchas ocasiones tiene dificultad de expresar sus sentimientos, por su imposibilidad de comunicarse adecuadamente.

La persona con **discapacidad** debe recibir *información y apoyo*, trabajar su parte emocional, principalmente su *autoestima*.

El apoyo de la familia beneficiará tanto al ambiente familiar, como a la persona con discapacidad.



DISCRIMINACIÓN Y LENGUAJE

Discriminar es *diferenciar* con menosprecio, significa tratar de forma desfavorable a una persona o grupo de personas por presentar determinadas características. La *discriminación* es el trato diferenciado, desfavorable e inmerecido, intencional o no, a una persona o a un grupo de personas por atribuirles características devaluadas y que conduce a la privación de un derecho. En este sentido, la no discriminación es un **Derecho Humano**, por eso, podemos decir que este es un derecho rector; esto no quiere decir que sea más importante, sino que es necesario su cumplimiento, para poder ejercer todos los demás derechos.

Y se considera así, porque el **Derecho a la No Discriminación**, establece las condiciones para la realización de los planes de vida individuales en condiciones de igualdad y dignidad. **El Derecho a la No Discriminación** está basado en el principio de igualdad y de dignidad humana. Las conductas discriminatorias están fundadas sobre la base de los prejuicios negativos y los estigmas relacionados con una desventaja inmerecida. Estas conductas tienen por efecto (intencional o no) limitar los derechos y las libertades fundamentales de las per-

sonas a quienes se está discriminando y disminuir sus oportunidades de desarrollo.

Un ejemplo de la *discriminación* puede suceder cuando se hace burla de las personas por su apariencia física o por alguna limitación en sus habilidades. Otra de las maneras más cotidianas de discriminar y lastimar a cualquier persona es a través del lenguaje. Mediante el

lenguaje nombramos la realidad según la percibimos, transmitimos un sistema de valores.

Si usamos discriminatoriamente el lenguaje estamos perpetuando unos valores de discriminación, de exclusión y menosprecio.



“El problema no está en la diversidad, en la existencia de gente diferente, más bien todo lo contrario: la diversidad enriquece. El problema está en la valoración desigual que se hace de la diferencia, lo cual convierte la diferencia en desigualdad”.

No es una cuestión de forma sino de fondo. La forma en que nombramos algo o a alguien, refleja el fondo de lo que pensamos y sentimos.



Las actitudes y palabras de **tono compasivo** o con cierto matiz de caridad, denotan que a las personas con discapacidad se les está percibiendo como gente incapaz de valerse por sí misma o de llevar una vida autónoma y normalizada.

Es importante llamar a cada quien por su nombre, si no conocemos el nombre, el término correcto establecido por la OMS es **“persona con discapacidad”**.

Ejemplos:

- el señor con discapacidad visual
- el alumno con discapacidad auditiva
- una muchacha en silla de ruedas

En general es conveniente no calificar a la

persona sino describir lo que posee o alguna de sus características, por ello es mejor decir:

“persona CON discapacidad”, así como **“niño CON síndrome de Down”**, o **señora CON diabetes... señor CON ojos negros...** Si tiene una discapacidad relacionada con la vista podría también decirse, según el caso, **persona CON ceguera, alumno CON debilidad visual**, la forma más usual y apropiada es **persona CON discapacidad visual**.

Tampoco es correcto cuando se dice **“persona con capacidades diferentes”** porque en realidad absolutamente todos tenemos capacidades diferentes los unos de los otros.



Tenemos que evitar utilizar las palabras **“discapacitados”, “inválidos”, “incapacitados”**, así como todos los diminutivos **“cojito, cieguito, sordito”** ya que conllevan una connotación de menosprecio y lástima.

Aun teniendo en consideración que culturalmente tendemos a usar mucho los diminutivos para cualquier cosa, en especial usamos diminutivo cuando nos referimos a alguien que no queremos que parezca que lo ofendemos por sus características (el indito, el negrito, el cojito, el gordito... etc.). Difícilmente nos referimos con diminutivo hacia alguien por una característica que socialmente se percibe como deseable.

¿CÓMO INTERACTUAR CON RESPETO Y ÁNIMO INCLUSIVO?

Las personas con discapacidad son personas como cualquier otra. Esta afirmación, que parece evidente, no siempre está clara cuando se refiere al trato con ellas.

La regla básica es actuar con naturalidad. El trato que debemos mantener ha de ser lo más parecido posible al que brindamos a cualquier otra persona.

Por ello es muy importante evitar actitudes como las siguientes:

Paternalismo y proteccionismo excesivo. Las personas con discapacidad no necesitan que estemos encima de ellas, excepto para necesidades concretas de las que ya estaremos informados o que ellas mismas nos pueden indicar.

Pena o lástima. A nadie le gusta que estén compadeciéndose de él de manera continuada. Las personas con discapacidad desean vivir en situaciones normalizadas y que se valore lo que hacen por el mérito que tiene y no por el hecho de que sean personas con discapacidad.

Miedo o rechazo. Esta es una de las partes más difíciles. A menudo no sabemos cómo tratar a una persona con dificultades para hablar o con limitación cognitiva o enfermedades mentales. Estos estereotipos nos provocan situaciones de rechazo que conviene evitar. Los consejos de los siguientes apartados pueden ayudarnos a evitar esas situaciones.

Impaciencia. Muchas personas con discapacidad no comprenden bien las ins-

trucciones que les damos o la comunicación con ellas puede ser dificultosa o lenta (por ejemplo, problemas de audición, habla, cognitivas...), por ello es muy importante actuar con tranquilidad y ser pacientes.

Algunas personas con discapacidad necesitan que las ayudemos en ciertos momentos. Otras no lo necesitan, o no desean que se les ayude. En cualquier caso, siempre hay que considerar lo siguiente:

• **Si percibimos que una persona necesita una ayuda concreta, preguntárselo primero y no ofendernos si nuestra ayuda es rechazada.**

• **Hacernos visibles, es decir, la persona con discapacidad deberá saber que puede contar con nuestro apoyo cuando lo necesite, pero no debemos estar encima de ella constantemente.**

En cualquier caso, la regla principal es que no debemos tener miedo en preguntar: Cuando no sepamos cómo tratar a una persona con una discapacidad determinada, lo mejor es preguntárselo.

¡Haz esto y verás cuán importante y enriquecedor es aprender a convivir con la diversidad!

Enseguida hay algunas recomendaciones sobre cómo facilitar el proceso de comunicación e interacción.



RECOMENDACIONES PARA DIRIGIRSE A UNA PERSONA...

CON DISCAPACIDAD MOTRIZ



Si la persona utiliza silla de ruedas

- Situarse enfrente y de preferencia a la misma altura (sentados).
- Dirigirse siempre a la persona que va en la silla y no a su acompañante.
- Trátalo normalmente: te comprende, escucha y ve sin dificultades.

Si la persona camina despacio, usa muletas o bastón:

- Ajusta el paso al suyo.
- Evita posibles empujones.
- Ayúdale si debe transportar objetos o paquetes.

CON DISCAPACIDAD VISUAL



- Se le debe preguntar si necesita ayuda al desplazarse y en ese caso le ofreceremos nuestro hombro o brazo.
- Se toma el brazo contrario al que lleve el bastón.
- Se le debe informar de la distribución del espacio y avisarle si hay algún cambio en la ubicación del mobiliario y otros materiales.
- Para indicarle que existe un lugar desocupado, llévelo ahí y dígame **“aquí hay un asiento”**.
- Si te alejas de la persona con discapacidad visual avísale, porque puede no darse cuenta.

CON DISCAPACIDAD AUDITIVA



- En caso de que esté distraído puedes llamar su atención tocándole levemente en el hombro, y no empieces a hablar hasta asegurarte de que te está mirando.
- Míralo de frente al hablar, porque muchas personas sordas se apoyan en la lectura de los labios y en algunos gestos para entender lo que se está diciendo.
- Vocaliza pero sin gritar
- Habla despacio, pero con normalidad.
- Si no te entiende puedes ayudarte con un gesto o escribiendo las palabras.
- Si no entiendes como expresa algo, pídele te escriba el dato preciso de lo que se requiere (nombre, cantidad, etc.)
- Colócate en un lugar bien iluminado para que pueda leer tus labios.

CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL



- Hay que ser naturales en la forma de hablar.
- Tratar a la persona siempre con respeto, no tratándolos como si fueran “niños”.
- Debe limitarse la ayuda a lo necesario, procurando que se desenvuelva solo o sola en todas las actividades posibles.
- Hacer todo lo posible para introducir en la conversación a la persona con discapacidad psíquica, aunque ésta tenga alguna dificultad para expresarse.
- No repetir con las mismas palabras, hay que tratar de aclarar utilizando otras distintas.
- Escuchar y respetar sus opiniones.

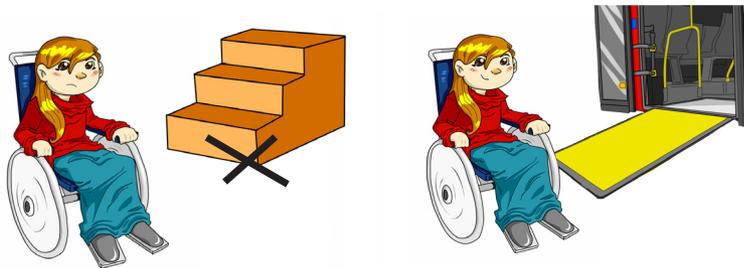


ACCESIBILIDAD UNIVERSAL

Las personas con discapacidad, igual que los demás tienen derecho a trasladarse en las ciudades y hacer uso de sus servicios.

Cuando una persona con discapacidad puede trasladarse sin barreras en el entorno en que vive, se dice que es un entorno accesible.

La accesibilidad es resultado de eliminar barreras y ofrecer apoyos.



Una barrera es algo que impide o limita a una persona para realizar una actividad o participar socialmente.

Las barreras pueden ser:

Arquitectónicas y urbanísticas

- Una escalera o escalón es una barrera para las personas que tienen dificultades para caminar.
- Elementos salientes en las fachadas o en las banquetas son barreras para quienes no las ven ni pueden tocarlas con su bastón.

Comunicación y administrativas

- Un anuncio publicitario realizado exclusivamente con sonido y sin lenguaje de señas es una barrera para una persona que no escucha.
- Un documento impreso en tinta limita su lectura a una persona que no ve.

Hace pocos años se ha planteado el *Diseño Universal* como una concepción arquitectónica que busca se considere en todas las construcciones, los productos y los servicios las distintas características de estructura y funcionamiento corporal y de comprensión de todas las personas. Esta concepción se aplica a distintos campos, por ejemplo *Diseño Universal* para el Aprendizaje, para el Deporte, etc.

Los gobiernos y los ciudadanos somos responsables de que nuestro entorno sea accesible.

En ocasiones se requiere de apoyos técnicos o dispositivos para que algunas personas puedan compensar o disminuir una limitación en la actividad, y facilitan su realización, entre ellas se pueden listar: sillas de ruedas, lentes, bastones, computadoras parlantes, prótesis, mensajes de texto, aparatos auditivos, señalizaciones táctiles o sonoras, entre muchas otras. **Para tener un entorno accesible los gobiernos deben:**



1. Realizar las obras públicas cumpliendo las normas establecidas como son:

- Banqueta con rampa y señalización
- Guía podotáctil
- Lugares en cines, teatros, etc.

2. Verificar que las constructoras también cumplan las reglas vigentes

- Si las rampas son muy empinadas no se pueden utilizar.
- Son peligrosas tanto para bajar como para subir.
- Las rampas no deben tener una inclinación mayor al 8%. Quiere decir que si necesitas subir un escalón de 8cm, necesitas una rampa de un metro de largo.





3. Vigilar que los ciudadanos no obstaculicen el libre paso.

Para apoyar a quienes no ven, se han colocado en muchas banquetas unas guías para que coloquen la punta de su bastón y les indique hacia dónde dirigirse, en donde termina la banqueta y en donde hay entradas de coches.

Es conveniente no colocar objetos sobre esas guías pues impide su paso, hay que dejar un espacio suficiente entre las guías y los demás objetos para que no se golpeen. Teniendo siempre presente que no las ven y no pueden esquivarlas.



4. El transporte público deberá cumplir con el principio de ser accesible para todos.



UNA CIUDAD ES ACCESIBLE CUANDO TODOS PODEMOS TRANSITAR DE FORMA **CONFORTABLE, AUTÓNOMA Y SEGURA**

Todos los espacios del entorno deben contar con las características que permitan su acceso y uso para lograr la inclusión plena de todos:

- Las escuelas
- Los mercados
- Las iglesias
- Los espacios deportivos
- Las oficinas
- Los centros de trabajo
- Los parques
- Los centros comerciales
- Los museos
- Los restaurantes

TODOS LOS ESPACIOS HAN DE SER ACCESIBLES

¿Qué podemos hacer como ciudadanos para evitar barreras que afecten la accesibilidad de todos?

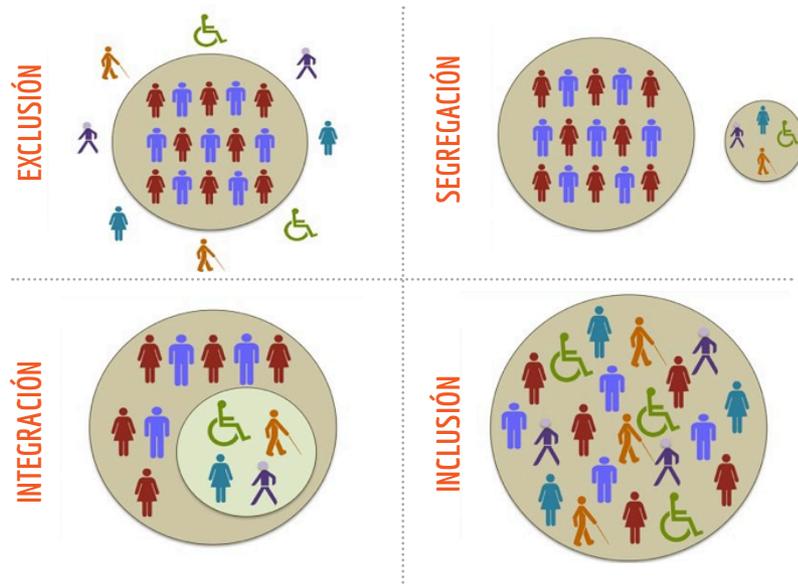


INCLUSIÓN SOCIAL

Los **derechos humanos** son universales, pertenecen a todos los seres humanos, incluyendo a las personas con discapacidad, aunque en muchos casos no son respetados.

La inclusión de las personas con **discapacidad** les garantiza una mejor calidad de vida, mediante el pleno ejercicio de sus derechos y satisfacción de sus necesidades en los ámbitos de educación, cultura, deporte, etc.

A lo largo de la historia de la humanidad se ha pasado desde la completa exclusión de las personas con discapacidad hasta lo que está empezando a ocurrir cada vez con más fuerza, que es la inclusión.



En este tránsito se ha pasado por expresiones de **SEGREGACIÓN** que es cuando viven, estudian, socializan, etc. en espacios paralelos, aparte de los demás.

Más adelante se ha tendido a la **INTEGRACIÓN** en la cual se da un acercamiento en espacios compartidos, pero aún hechos a un lado muchas veces llevándose solo entre ellos o estando en el salón de clase con los demás estudiantes pero sin estar realmente involucrados. Hacia donde queremos llegar es a una fase de **INCLUSIÓN** en la que todos estemos interactuando y realizando nuestra vida sin distancias, en las mismas aulas, en los mismos centros de trabajo.

EDUCACIÓN

La **educación** es uno de los derechos constitucionales de toda la población, está destinada a enseñar lo que se requiere para desempeñarse en la sociedad, con los requerimientos de competencias e información y potenciando las fortalezas de cada quien.

La falta de educación conlleva a pobreza. **Las personas con discapacidad** tradicionalmente no han contado con los apoyos suficientes para acceder a la educación en igualdad a los demás. Esto ha llevado a reforzar su exclusión, a la pobreza, a la dependencia. En ocasiones los padres no creen que su hijo sea capaz de estudiar o no le ven sentido por lo cual no es enviado a la escuela, encima si encuentran obstáculos para que ingrese y dificultades para trasladarse, es frecuente desertar. En la actualidad se está pugnando por que en los centros educativos, en los distintos niveles ingresen los niños con discapacidad y cuenten con los entornos de aprendizaje acordes a sus características.



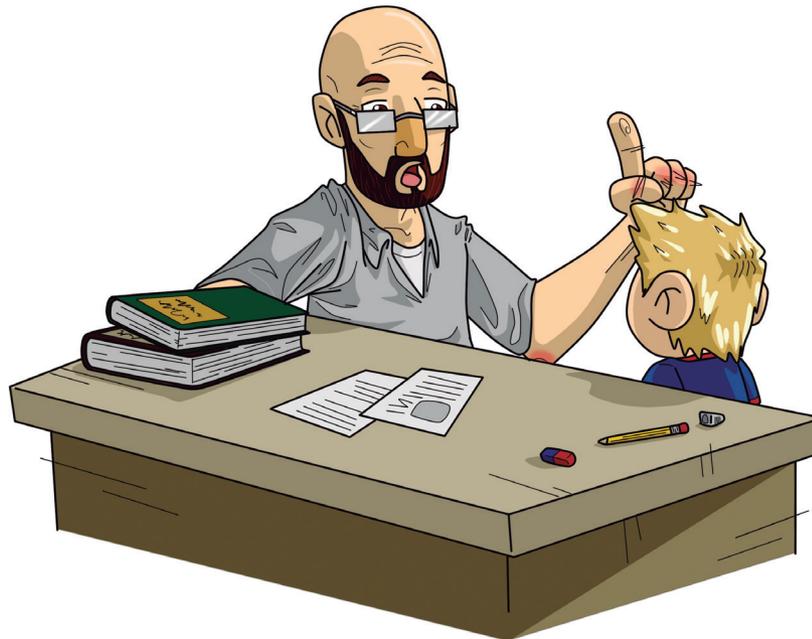
Proporcionar un entorno de aprendizaje a las personas con discapacidad, los ayudará a aprender y potenciar sus fortalezas, capacitarlos para el trabajo que corresponda a sus intereses y habilidades.

Todos somos diferentes pero con los mismos derechos. Diferentes habilidades, derecho a desarrollarlas; y las personas con discapacidad pueden aprender de acuerdo a sus destrezas y características corporales.

Por ejemplo, a las personas con ceguera se les enseña a leer y escribir en sistema Braille, leen tocando una combinación de seis puntos en relieve que conforman cada letra. Se escribe con un punzón que pica en la hoja, haciendo que del lado opuesto quede resaltado y pueda sentirse con los dedos cual es cada una de las letras, así se leen libros enteros.



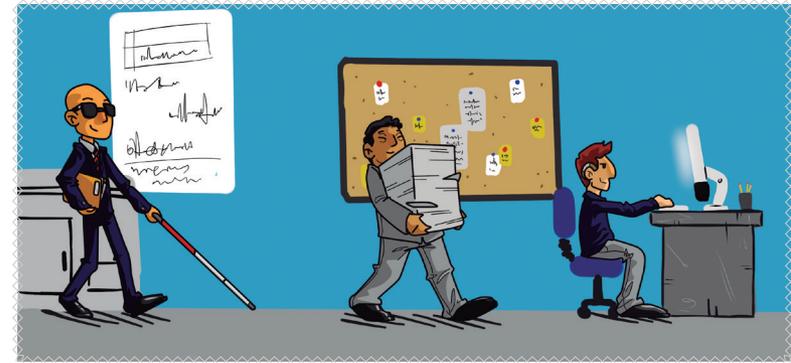
La **Educación Especial** consiste en la enseñanza individualizada o en grupos, a través de servicios o programas especiales, en centros específicos.



La **Educación Inclusiva** propicia la inserción de los alumnos con discapacidad en los planes de educación básica regular; mediante la aplicación de métodos, técnicas y materiales específicos de apoyo. Abarca a todos los niños en edad escolar. Es responsabilidad de la escuela regular educar a todos los niños y niñas. El objetivo de la inclusión es brindar respuestas adecuadas a las características de aprendizaje de todos los alumnos.

Esto se ha de percibir no como un problema, sino como un desafío y una oportunidad para enriquecer los entornos de aprendizaje. Al compartir el aula los niños con y sin discapacidad aprenden de la convivencia y se dan cuenta que existen muchas maneras de aprender y de enseñar.

TRABAJO



En la **Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad**, se establece que tienen derecho a trabajar en igualdad de condiciones que cualquier persona, ganándose la vida mediante un trabajo libremente escogido y con un pago justo. Con base en las habilidades de cada quien, pueden desarrollar trabajos acordes a ellas, fijándose en sus capacidades.

Las personas con discapacidad pueden desempeñar un sinnúmero de puestos de trabajo, en algunas ocasiones requieren adecuaciones físicas menores. En el cuadro siguiente se presentan ejemplos de puestos de trabajo que pueden desempeñar según el tipo de discapacidad.

DISCAPACIDAD	EJEMPLOS DE PUESTOS DE TRABAJO
Matriz	Profesionistas, asesor telefónico, recepcionista, empacador, cajero, supervisor, monitoreo de cámaras, ayudante vendedor, costura, limpieza, control de calidad.
Intelectual	Puede laborar en actividades prácticas más que teóricas. Tal vez no va a aprender a utilizar la maquinaria pero realizarán actividades de tipo manual. Ejemplos: <i>ayudantes en general (tienda, mecánico, cocina, pintores), limpieza, lava autos, mensajeros, deshebradores.</i>
Auditiva	Pueden desempeñar casi cualquier trabajo, excepto los que requieren necesariamente de una buena audición. <i>Profesionistas, capturistas, limpieza, empacadores, deshebradores, diseñadores, serigrafía, costureros y modistas, estilistas, hojalatería, ayudantes, archivistas.</i>
Visual	Para evitar riesgos de trabajo requieren una adecuada adaptación de las tareas y el espacio de trabajo. <i>Profesionistas, empacadores, capturistas y asesores telefónicos (instalando el programa para ciegos en la computadora), limpieza, mantenimiento, ayudante general.</i>



CULTURA

Tanto como productores o consumidores de actividades culturales y artes, las personas con discapacidad pueden desarrollar a través de sus destrezas y habilidades expresiones artísticas que enriquecen nuestra cultura.



DEPORTE

El deporte adaptado es estimulante y favorece la salud de quien lo realiza. La práctica del deporte, como se ha podido comprobar en los Juegos Paralímpicos fundados en 1960 representan una enorme oportunidad para el desarrollo personal y social de las personas con discapacidad. En nuestra ciudad, existen grupos que juegan basketball en silla de ruedas, atletismo, fútbol para jóvenes con ceguera, patinaje.

¿Qué puedes hacer tú para apoyar la accesibilidad en la vida cotidiana?

Dar oportunidad a todas las personas con discapacidad en los diferentes ámbitos de la vida, respetando sus derechos y su libertad de elección, así como contribuir a concientizar y difundir desde la familia, la escuela hasta la sociedad la importancia de que todos tenemos derecho a las mismas oportunidades sin exclusión alguna.

¿Qué otra cosa crees que puedes hacer tú?

INVESTIGACIÓN Y DESARROLLO

Las investigaciones son muy importantes, nos ayudan a mejorar las formas que se tienen para apoyar a las personas con discapacidad. También sirve para detectar cómo surgen algunas discapacidades y qué hacer para prevenirlas.

Es muy importante que las personas con **discapacidad** y quienes convivimos con ellas participemos con los investigadores. Se trata de averiguar sobre todos los avances de la ciencia y la tecnología en favor de mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad.

¡Es importante hacer mejor las cosas día con día!

En Puebla existen diversas universidades en donde trabajan investigadores que buscan nuevas propuestas para lograr mejorar la **rehabilitación** y la **integración** de las personas con **discapacidad**.

Y en ellas se trabaja para generar nuevas formas y mejores técnicas de rehabilitación. Se trata de que siempre se ofrezcan las alternativas más actualizadas de rehabilitación para las personas con discapacidad.





NORMATIVIDAD Y DERECHOS

México es parte de la mayor organización internacional existente la cual agrupa a un conjunto de 193 países colaboradores. Esta organización es la ONU (*Organización de las Naciones Unidas*), que a su vez forman otros grupos que se dedican a estudiar temas importantes como el bienestar de los niños por medio de una organización llamada UNICEF (*Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia*), y otra especializada en temas de salud llamada la OMS (*Organización Mundial de la Salud*).

En estos grupos llegan a acuerdos llamados Convenciones, por ejemplo, la Convención Sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad de la OMS, en la que todos los países miembros de este grupo de países se obligan a crear leyes y programas gubernamentales para mejorar la vida de las personas con discapacidad y se reafirma que todas las personas con todos los tipos de discapacidad deben poder gozar de todos los derechos humanos y libertades fundamentales igual que el resto de la población.

Es por esta razón que México como país, ha creado leyes y reglamentos en todos los niveles de gobierno (Federal, Estatal y Municipal) que buscan cumplir con este compromiso. El Congreso de la Unión aprobó la Ley Federal para Prevenir y Eliminar la Discriminación y la Ley General de las Personas con Discapacidad.

El Congreso del estado de Puebla decretó la Ley para personas con Discapacidad; y en el Municipio de Puebla existe el Código Reglamentario para el Municipio de Puebla (COREMUN) que incluye en su capítulo XVII, la obligación de poner rampas en las banquetas para que todas las persona con o sin discapacidad puedan cruzar las calles y las guías podotáctiles que sirven para que las personas con ceguera puedan circular libremente por nuestra ciudad; y esto se explica con detalle y claridad en el Manual Técnico de Accesibilidad aplicable a construcciones en el municipio de Puebla. Este Manual es la norma vigente que tenemos que cumplir tanto el gobierno como los ciudadanos.

También existe un juicio especial llamado de interdicción, que sirve para que las personas mayores de 18 años que se considera que no son capaces de cuidarse a sí mismas, sean atendidas ya sea por alguien de su propia familia o bien por el gobierno estatal. Este es uno de los puntos que están en revisión pues entran en contradicción con la Convención.

La Constitución Mexicana declara el principio de igualdad

Esto significa en la práctica que todas las personas son iguales y que deben recibir un trato igualitario por parte de las diferentes instituciones del Estado.

Ningún organismo ni funcionario público puede hacer diferencias que vulneren lo establecido en la Constitución.

El Artículo 1º de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos establece:

“Queda prohibida toda discriminación motivada por el origen étnico o nacional, el género, la edad, las discapacidades, la condición social, las condiciones de salud, la religión, las opiniones, las preferencias sexuales, el estado civil o cualquier otra que atente contra la dignidad humana y tenga por objeto anular o menoscabar los derechos y libertades de las personas.”

En el Artículo 3º. Se establece el derecho a la educación para todos los niños y niñas.

A su vez, en la Constitución Política del Estado Libre y Soberano de Puebla se señala en el artículo 11. La igualdad de hombres y mujeres ante la Ley y la prohibición de toda acción tendiente al menoscabo de los derechos humanos, en razón de discriminación por raza, origen étnico o nacional, género, edad, discapacidad, condición social o económica, condiciones de salud, preferencias sexuales, filiación, instrucción y nivel cultural, apariencia física, estado civil, creencia religiosa, ideología política, opiniones expresadas, o cualquier otra que atente contra la dignidad, la libertad o la igualdad.



SERVICIOS EN EL MUNICIPIO DE PUEBLA

DIF MUNICIPAL

Centro Municipal de Equinoterapia y Rehabilitación Integral. DIF.
Domicilio: Prolongación 11 sur entre SEMEFO y la CFE, Agua Santa.
Teléfono: 214 00 00 ext. 223
Horario de Atención: 8:00 a 16:00 horas de lunes a viernes.

Brinda los siguientes servicios:

Unidad de Tecnología Educativa para Personas con Discapacidad	Ofrece enseñanza a través de equipo de cómputo y softwares especializados a personas con discapacidad visual, auditiva, motriz e intelectual.
Ludoteca	Es un espacio en el cual las personas con discapacidad leen, escriben y desarrollan diversas habilidades a través del juego.
Capacitación e Inclusión laboral para personas con discapacidad	Integración de las personas con discapacidad en el área laboral.
Talleres ocupacionales	Se capacitan a jóvenes con discapacidad en diversas actividades laborales desarrollando habilidades socio-laborales que coadyuvan a su inclusión laboral y social. Se cuenta con dos talleres, de Gastronomía y de Bisutería.
Clínica de Rehabilitación Integral (CRI)	Cuenta con servicios para rehabilitación en las siguientes áreas: <ul style="list-style-type: none"> • Fisioterapia • Terapia de Lenguaje. • Terapia Ocupacional. • Equinoterapia.

SERVICIOS EN EL MUNICIPIO DE PUEBLA

DIF ESTATAL

Departamento de las Personas con Discapacidad.
Domicilio: Calle 5 de mayo número 1606, Colonia Centro.
Teléfono: 229 5355
Horario de Atención: 9:00 Horas a 18:00 Horas

Apoyos y servicios que otorga:

Donaciones	Prótesis y ortesis.
Inclusión Laboral	El DIF Estatal cuenta con el Área de Inclusión laboral. Existen empresas que actualmente incluyen a personas con discapacidad dentro de sus plantillas y los interesados pueden acercarse al departamento para ser canalizados a éstas.
Credencial para personas con discapacidad	En el DIF estatal se extiende esta credencial que sirve entre otras cosas para obtener la tarjeta de gratuidad en los servicios de transporte en la RUTA.



SERVICIOS EN EL MUNICIPIO DE PUEBLA

CENTROS DE ASISTENCIA

Los **Centros de Asistencia** son espacios donde se apoya a la población que lo requiere. En el SEDIF (Sistema Estatal DIF) se cuenta con Centros de Rehabilitación donde se proporcionan servicios de terapia física, de lenguaje, psicológica, ocupacional etc. estos centros tienen una cuota mínima de recuperación.

Centro de Rehabilitación Integral Infantil (C.R.I.I.)

Domicilio: Antiguo Camino a Santa Clara Ocoyucan número 14, Colonia Emiliano Zapata, San Andrés Cholula.

Teléfono: 284 2575

Horario de Atención: 8:00 a 16:00 horas

Atiende a niños y niñas con discapacidad, menores de 18 años, que requiere de una rehabilitación integral.

Centro de Rehabilitación y Educación Especial (CREE)

Domicilio: Calle la calera sin número, colonia Lomas de San Miguel.

Teléfono: 216 0021

Proporciona servicios médicos, terapéuticos, psicológicos, en materia de rehabilitación a personas con discapacidad (o con riesgo de padecerla) y sus familias, sujetas de asistencia social, que les permita su integración al desarrollo social. Atiende a personas de todas las edades. Formación de recursos humanos: Escuela de Licenciatura en Terapia Física y Ocupacional.





RUTAS DE TRANSPORTE PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD SISTEMA ESTATAL DIF

Horario de Unidades en la Estación DIF

HORA	UNIDAD	RUTA
08:00 AM	295 D5 D6 294	CREE - Casa de Ángeles San Ramón - CINIA Casa de Ángeles - CREE H. Zona Norte - Estación DIF
09:00 AM	295 294	CREE - Casa de Ángeles H. Zona Norte - Estación DIF
11:00 AM	295 D5 D6 294	CREE - Casa de Ángeles San Ramón - CINIA Casa de Ángeles - CREE H. Zona Norte - Estación DIF
12:00 PM	292	H. Zona Norte - Estación DIF
01:00 PM	294 295 D6 D5	H. Zona Norte - Estación DIF CREE - Casa de Ángeles Casa de Ángeles - CREE San Ramón - CINIA
02:00 PM	292 295 D6	H. Zona Norte - Estación DIF CREE - Casa de Ángeles Casa de Ángeles - CREE

RUTAS DE TRANSPORTE PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD SISTEMA ESTATAL DIF

RUTA 1 CASA DE ÁNGELES - CREE

PARADA	UBICACIÓN	REFERENCIA
Casa de Ángeles	Casa de Ángeles	Casa De Ángeles
Francisco Villa	Bld. Atlixco	Esq. C Francisco Villa
H. Niño Poblano	Bld. Del Niño Poblano	Hospital del Niño Poblano
Angelopolis	Bld. Del Niño Poblano	Frente a centro comercial
IMSS Agua Azul	11 sur	Frente al IMSS Agua Azul
Central DIF	Av. Margaritas	Entre 11 sur y Av. Nacional
Vaqueriás	11 sur	11 sur frente al mercado Independencia
105 Poniente	11 sur	11 sur esq. 105 poniente
Hospital Zona Sur	Calle 9 sur	Frente a hospital Zona Sur
Loma Bella	Lateral del periférico	Entre 3 y 5 sur
Arboledas de Loma Bella	Prol. 16 de Septiembre	Entre 103 y 105 oriente
Loma Linda	Bld. Municipio Libre	Esquina con Calanzaz
Valsequillo	Bld. Municipio Libre	Esq. con Bld. Valsequillo
San Claudio	Av. Rio Papagayo	Entre Av. San Claudio y Camino Real.
La Hacienda	Circuito Juan Pablo II	Entre Hda. de Cocoyoc y Balvanera
La Margarita	Circuito Juan Pablo II	Esquina con 40 sur
El Batán	Camino Real al Batán	En la entrada hacia el CREE



CREE - CASA DE ÁNGELES

PARADA	UBICACIÓN	REFERENCIA
CREE	CREE	Interior del CREE
Cerezo	Antiguo camino al Batan	Frente al Cerezo de San Miguel
El Batan	Antiguo camino al Batan	Esq. con calle Quetzalcoatl
La Margarita II	Circuito Juan Pablo II	Entre Prol. 38 y sur y Prol. 40 sur
Los Pilares	Calle Rio Grijalva	Mar Egeo y Blvd. Guadalupe Victoria
San Manuel	Av. Rio Papagayo	Entre av. Juan Pablo II y av. San Manuel
C.U.	Av. Rio papagayo	Entre Blvd. Circunvalación y Blvd. San Ignacio
Universitaria	Blvd. Municipio libre	a 200 mts. de Av. Rio Papagayo
Valsequillo	Blvd. Municipio libre	a 100 mts del Blvd. Valsequillo
Loma Linda	Blvd. Municipio libre	esq. Av. el Ejido
Arboledas de L. Bella	Prol. 16 de septiembre	entre 103 y 105 Oriente
San Bartolo	Sobre Periférico	Sobre Periférico a la altura del hospital
11 sur y San Bartolo	11 sur	Periférico y 11 sur
Coatepec	11 sur	11 sur y 105 poniente
Los Pinos	11 sur	11 sur frente al mercado Independencia
Central DIF	Av. Margaritas	Entre 11 sur y Av. Nacional
Angelopolis	Blvd. del Niño Poblano	Sobre Blvd. del Niño Poblano
H. Niño Poblano	Blvd. del Niño Poblano	Blvd. del Niño Poblano frente al hospital
Fed. a Atlixco	Fed. Atlixco	Esq. Adolfo López Mateos
Casa de Ángeles	Casa de Ángeles	Interior de Casa de Ángeles

RUTA 2 ESTACIÓN DIF - HOSPITAL ZONA NORTE

PARADA	UBICACIÓN	REFERENCIA
Estación DIF	Av. Margaritas	Av. Margaritas y 11 sur
Prados Agua Azul	11 sur	47 poniente y 49 poniente
H. Universitario	11 sur	Esq. 31 poniente
9 poniente	11 sur	9 poniente y 11 poniente
Casa del Abue	11 norte	Esq. Héroes de Nacozari
La Diagonal	Héroes de Nacozari	Esq. Diagonal Defensores de la Republica
15 norte	15 norte	A un costado de Coppel
La Loma	Calle 27 norte	A un Costado de "Sams" CAPU
CAPU	Interior de la CAPU	Interior de la CAPU
Las Huertas	Carretera federal a Tlax	Carretera federal a Tlaxcala esq. Las huertas
Villa Frontera	102 poniente	Esq. con cerrada Norte
Puente México	Prolongación 5 norte	98 poniente y 100 poniente

HOSPITAL ZONA NORTE - ESTACIÓN DIF

PARADA	UBICACIÓN	REFERENCIA
Hosp. Zona norte	Estacionamiento	Esq. Con 88 poniente
Revolución mexicana	96 poniente	98 poniente antes del puente México
Villa frontera	102 poniente	Av. 102 poniente y 9 norte
San Felipe	Blvd. San Felipe	40 mts. Antes de la entrada de la CAPU
CAPU	Interior de la CAPU	Interior de la CAPU
11 norte y blvd	11 norte	A un costado de soriana CAPU
11 Norte	11 norte y 36 poniente	34 y 36 poniente
Casa del Abue	11 norte	Esq. Héroes de Nacozari
Paseo Bravo	11 norte	11 norte y 2 poniente
Clínica I	11 sur	Entre 15 y 17 poniente



RUTA 3 SAN RAMON-CINIA

PARADA	UBICACIÓN	REFERENCIA
San Ramón	Ia. Sec. de San Ramón	Ia. Sec de San Ramón y calle Margaritas
Tabachines	II sur y calle Tabachines	Equina Tabachines
Independencia	II sur e Independencia	Esquina Independencia
Periférico	II sur y Periférico	A 100 mts. del Periferico
105 poniente	II sur y 105 poniente	II sur esq. 105 poniente
Municipio libre	II sur y Municipio Libre	Esq. Con blvd.Valsequillo
77 poniente	II sur y 77 Poniente	Esquina con 77 poniente
Central DIF	Av. Margaritas y II sur	Av. Margaritas y II sur

CINIA - SAN RAMON

PARADA	UBICACIÓN	REFERENCIA
CINIA	Cerrada Cerezales del C. I	Interior de Cinia
Central Dif	Av. Margaritas y II sur	Av. Margaritas y II sur
77 poniente	II sur y 77 poniente	Esquina con 77 poniente
Municipio libre	II sur y Municipio Libre	Esq. Con Blvd.Valsequillo
105 poniente	II sur y 105 poniente	II sur esq. 105 poniente
Periférico	II sur y Periférico	A 100 mts del Periferico
Independencia	II sur e Independencia	Esquina Independencia
Tabachines	II sur y calle Tabachines	Equina Tabachines
San Ramón	Ia. Sec de San Ramón	Ia. Sec de san Ramón y calle Margaritas

RUTA 5 MEXICO 68-CINIA

PARADA	UBICACIÓN	REFERENCIA
México 68	18 de Noviembre y México 68	Entrada a la México 68
46 "A" norte	46 "A" norte y 20 oriente	En la esquina de la 46 "A" norte y 20 ote
20 norte	Bldv. Xonaca y 20 norte	A un costado de Bodega Aurrera
CECADE	Bldv. 5 de Mayo entre 4 y 2 ote	CECADE
Parque Juárez	Bldv. 5 de Mayo	Parque Juárez en frente del HSBC
43 oriente	Bldv. 5 de Mayo esquina 2 sur	A un costado de Bancomer
CINIA	CINIA	CINIA

CINIA - MEXICO 68

PARADA	UBICACIÓN	REFERENCIA
CINIA	Cerrada cerezales del condado # 1	Cinia
43 oriente	Bldv. 5 de Mayo esquina 2 sur	Frente a la vinatería
Parque Juárez	Bldv. 5 de Mayo	Parque Juarez frente a Suburbia
CECADE	Bldv. 5 de Mayo entre 4 y 2 ote-	Frente a Centro de Convenciones
20 norte	Bldv. Xonaca	Frente a Bodega Aurrera
46 "a" norte	Sobre la 46 "A" norte	Frente de los materiales de Construcción
México 68	18 de Noviembre y México 68	Entrada a la México 68



UNIDADES DE SERVICIOS DE APOYO A LA EDUCACIÓN REGULAR (USAER)

En varias escuelas públicas regulares existen por parte de la SEP servicios de apoyo a escolares con características de aprendizaje que requieren algunas adecuaciones o facilitadores para el mejor aprovechamiento educativo. Se apoya también a los docentes con formatos pedagógicos accesibles para escolares con discapacidades.

En el municipio de Puebla encontramos USAERs en las siguientes direcciones:

Clave	Unidad de servicios de apoyo a la educación regular	Ubicación
21FUA0014W	USAER núm. 11	25 poniente y 23 sur colonia Santa Cruz los Ángeles
21FUA0015V	USAER núm. 12	25 sur y 17 poniente
21FUA0016U	USAER núm. 13	
21FUA0017T	USAER núm. 14	23 sur y 17 poniente
21FUA0002R	USAER núm. 15	25 sur y 17 poniente s/n colonia. Santa Cruz los Ángeles
21FUA0025B	USAER núm. 23	Calle matamoros núm. 54, col. Gonzalo bautista
21FUA0026A	USAER núm. 24	Diagonal Defensores de la Republica s/n Infonavit la Ciénega
21FUA0027Z	USAER núm. 25	Avenida Xonacatepec s/n, Infonavit Amalucan
21FUA0028Z	USAER núm. 26	30 norte núm. 3208 col. Lomas del 5 de mayo.
21FUA0029Y	USAER núm. 27	Av. 25 de diciembre y Carmen Serdán s/n. Col. Joaquín Colombres
21FUA0030N	USAER núm. 28	Privada 74 poniente núm. 1301
21FUA0031M	USAER núm. 29	Avenida encino núm. 65, Infonavit Amalucan
21FUA0032L	USAER núm. 30	2 poniente núm. 514, Centro
21FUA0033K	USAER núm. 31	40 norte y 4 oriente s/n, colonia Santa Bárbara
21FUA0034J	USAER núm. 32	Mariano Abasolo núm. 95, colonia Insurgentes
21FUA0035I	USAER núm. 33	36 poniente 908, colonia Santa María
21FUA0036H	USAER núm. 34	66 poniente y 5 norte, col. Guadalupe Victoria
21FUA0037G	USAER núm. 35	6 poniente núm. 2101, col. San Matías
21FUA0038F	USAER núm. 36	Calle Tepeaca núm. 6536 granjas del sur
21FUA0039E	USAER núm. 37	Prolongación de la 14 sur y 83 oriente, col. Loma Linda
21FUA0043R	USAER núm. 42	Matamoros núm. 6156 col. Leobardo Coca
21FUA0056V	USAER núm. 55	Avenida Independencia núm. 1, col. Guadalupe Hidalgo
21FUA0062F	USAER núm. 59	32 A sur núm. 2510
21FUA0063E	USAER núm. 60	Calle Vista Hermosa esq. con Herradura, colonia La Hacienda
21FUA0065C	USAER núm. 62	25 sur y 17 poniente
21FUA0068Z	USAER núm. 65	14 norte núm. 5, Barrio de la Luz
21FUA0077H	USAER núm. 74	Francisco I. Madero núm. 37, San Pablo Xochimehuacan
21FUA0086P	USAER núm. 82	Lázaro Cárdenas s/n colonia Miguel Hidalgo
21FUA0088N	USAER núm. 85	Círculo san Bartolo s/n, U. Habitacional San Bartolo
21FUA0090B	USAER núm. 87	7 norte núm. 5802, Guadalupe Victoria
21FUA0091A	USAER núm. 88	Plaza principal núm. 16, col. Chapulco
21FUA0093Z	USAER núm. 90	28 norte núm. 1204 col. Humboldt
21FUA0094Y	USAER núm. 91	Calle 10-a y cerrada 10-a s/n, Bosques de San Sebastián
21FUA0096W	USAER núm. 93	Calle Isaac Newton y Sócrates, colonia Satélite Magisterial
21FUA0097V	USAER núm. 94	Avenida principal s/n, col. Nueva Resurrección
21FUA0001S	USAER núm. 98	25 sur y 17 poniente

Fuente: www.seppue.gob.mx

CENTROS DE ATENCIÓN MÚLTIPLE (CAM)

Existen los *Centros de Atención Múltiple (CAM)* que se dirigen a alumnos con características de aprendizaje asociadas con discapacidad múltiple, trastornos generalizados del desarrollo o que por la discapacidad que presentan requieren de adecuaciones curriculares altamente significativas y de apoyos generalizados y/o permanentes, a quienes las escuelas de educación regular no han podido integrar por existir barreras significativas para proporcionarles una atención educativa pertinente y los apoyos específicos para participar plenamente y continuar con su proceso de aprendizaje.

Clave	CAM	Ubicación
21DML0002Q	Cam "Jean Piaget" matutino	45 poniente esq. 17 sur, colonia Reforma Agua azul
21DML0019Q	Cam "Jean Piaget" vespertino	
21PML0006R	San Pedro Claver	21 poniente no. 3523, colonia Belisario Domínguez
21PML0007Q	Villas Juan Pablo	Calle San Isidro s/n, colonia San Isidro Castillotta
21PML0008P	C. INT. PSIC. Y APREND.	Sección E no. 60 colonia Unidad Guadalupe
21PML0001W	Pr. De adapt. Infantil, S.C Puebla, Chula Vista	6 sur 3735, colonia Anzures
21EML0001Q	CAM "Club de Leones"	1º cerrada de Francisco Neve nº 2111, Col. Bella vista
21EML0005M	CAM YOLO'TSI	30 sur esq. 13 oriente, colonia 2 de abril
21EML0013V	CAM	Calle San Bartolomé, esquina Jardines de Santiago
21DML0001R	CAM (UMEE)	Prolongación de la av. San Baltasar s/n Col. Lomas de San Miguel
21DML0021E	CAM (CECADEE)	
21DML0022D	CAM (Centro Intervención Temprana)	

Fuente: www.seppue.gob.mx



DIRECTORIO DE ORGANIZACIONES

Principales asociaciones y centros educativos que brindan servicios a niños o adultos con discapacidad en la zona conurbada al municipio de Puebla.

PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD

DISCAPACIDAD VISUAL

Asociación Cultural Recreativa y Proyección Social de Invidentes Puebla

Domicilio: 9 Sur número 1703 – 102 "A" entre 19 y 17 Poniente Colonia Centro
Teléfono: 237 6944

Correo electrónico: acrip_mx@yahoo.com.mx

DISCAPACIDAD AUDITIVA

Asociación cultural y recreativa para sordos de Puebla A.C.

Domicilio: 16 de septiembre 1505 casa 5, Colonia El Carmen.
Móvil: 2223 810903

Correo electrónico: sordoscultura@hotmail.com

DISCAPACIDAD VISUAL

Asociación de ciegos y débiles visuales "Luis Braille"

Domicilio: Calle Tepexi No. 15-A Granjas del Sur
Teléfono: 462 0958

Correo electrónico: asciegos_luisbraille@hotmail.com, alex.castillo@live.com.mx

Asociación de Discapitados Nueva Imagen, A.C.

Domicilio: 117 Poniente Edificio 908 "A" Departamento 2, Infonavit Agua Santa
Teléfono: 287 2827

Correo electrónico: cubo5999@hotmail.com



DISCAPACIDAD VISUAL

Asociación Leyer's de Puebla, A.C.

Rehabilitación y Asistencia Social para Ciegos y débiles visuales. Venta de materiales, cursos de movilidad y de computadora parlante. Macramé. Cocina. Biblioteca de audiolibros. Posibilidad de grabar libros. Actividades deportivas.

Domicilio: Avenida 14 sur 1906-1 Colonia El Ángel

Teléfono: 274 2075

Correo electrónico: leyciegos@gmail.com

DISCAPACIDAD VISUAL

Asociación Mexicana de Invidentes

Domicilio: Ignacio Aldama número 5714, colonia Ángeles Mayorazgo

Teléfono: 892 7874

Asesoría para el manejo adecuado de la discapacidad (AMAD)

Acompañamiento en inclusión educativa

Domicilio: Privada 25 B sur 1102, Colonia La Paz

Teléfono: 226 7539

Correo electrónico: amadpuebla@hotmail.com

DISCAPACIDAD AUDITIVA

Asesoría educativa para niños con sordera Adriana Rendón

Apoyo escolar y orientación a padres

Móvil: 2223 629438

Correo electrónico: adrego1@hotmail.com

SÍNDROME DE DOWN

CAEE

Intervención temprana, preescolar y primaria especial, talleres laborales

Domicilio: Priv. 18 B Sur 4503 "D", Colonia Unidad 22 de septiembre.

Teléfono: 619 8333

FORMACIÓN PARA EL TRABAJO

CAM.SEP. Área de Inclusión Laboral (AIL)

Domicilio: Prolongación de Avenida San Baltazar s/n Colonia Lomas de San Miguel.

Móvil: 2223 939244

DISCAPACIDAD VISUAL

Centro de Atención Múltiple "Club de Leones", Casa Hogar para ciegos

Domicilio: Primera Cerrada de Francisco Neve número 2111 Colonia Bella Vista

Teléfono: 243 2877

Correo electrónico: camcleones@hotmail.com

DIFICULTADES DE APRENDIZAJE

Centro de Estimulación y Atención Psicológica Tutelar Especializada (CAPTE)

Apoyo integración educativa, orientación a padres.

Domicilio: Privada 19 A sur 4101 colonia Nueva del Carmen.

Teléfono: 243 6256 / 237 4135

DISCAPACIDAD FÍSICA E INTELECTUAL

Centro de Integración Psicológica y Aprendizaje, A.C. (CIPAAC)

Domicilio: Sección E número 60 colonia Unidad Guadalupe

Teléfono: 244 6423

Correo electrónico: cipaac@yahoo.com.mx

Centro de Rehabilitación Infantil Teletón (CRIT –TELETÓN)

Domicilio: Avenida Perseo número 5320, Reserva Territorial Atlixcáyotl.

Teléfono: 303 6921

Centro Integral Por Una Vida Mejor, A.C. (C.I.P.U.V.M.A.C.)

Domicilio: Avenida de la Pedrera número 1919 Int. U6, Fraccionamiento Villa Karol Colonia Las Cuartillas.

Cel. 2221 188858

Correo electrónico: cipumac@yahoo.com.mx



PARÁLISIS CEREBRAL

Centro Especial de Rehabilitación y Aprendizaje (CERA) Puebla 2000 A.C.
 Domicilio: Calle Flores Magón número 5, colonia Ignacio Romero Vargas
 Teléfono: 231 9207
 Correo electrónico: cera_pue2000@yahoo.com.mx

DISCAPACIDAD INTELECTUAL

Down Town
 Domicilio: Privada de la 25 B sur, número 1102 B, Colonia La Paz
 Teléfono: 750 7109
 Móvil: 2223 107917
 Correo electrónico: contacto@down-town.org.mx

DISCAPACIDAD VISUAL

Fucho para ciegos
 Móvil: 2225 507769
 Correo electrónico: lanzagortajorge@yahoo.com

SÍNDROME DE DOWN

Fundación Down, A.C.
 Domicilio: Otomí número 24 Colonia Bello Horizonte, Cuautlancingo
 Teléfono: 284 8393 / 284 8943
 Correo electrónico: direccion@fudac.org.mx

Inclusión en Acción

Asesoría en accesibilidad, educación inclusiva, talleres de sensibilización.
 Teléfono: 264 7762
 Móvil: 2222 608106 y 2221 021383
 Correo electrónico: inclusionenaccion@hotmail.com

Instituto educativo "Francisco Giner"

Domicilio: 19 sur 4314, colonia Reforma Agua Azul.
 Tel. 240 3744
 Correo electrónico: fcoginer@gmail.com

DISCAPACIDAD VISUAL

Instituto de Rehabilitación en pro del Aprendizaje para Ciegos y Débiles Visuales
 Teléfono: 233 1345
 Móvil: 2221 881476
 Correo electrónico: irai.ac@hotmail.com

DISCAPACIDAD INTELECTUAL

INTEGRA capacitación laboral para personas con discapacidad intelectual A.C.
 Domicilio: 15 poniente 704
 Teléfono: 243 2690
 Correo electrónico: intregaac@hotmail.com

DIFICULTADES DE APRENDIZAJE

Las Artes y la Cultura en la Construcción de una Niñez Plena
 Domicilio: 28 Poniente No. 912 – 14 ó "F" Entre 9 y 11 Norte Colonia Santa María
 Teléfono: 246 5703
 Correo electrónico: estebbang@yahoo.com.mx

DISCAPACIDAD FÍSICA E INTELECTUAL

Mateo Quinto, A.C.
 Domicilio: Km. 14 Rancho las Animas Amozoc, Puebla
 Teléfono: 286 0525
 Correo electrónico: mateo_quinto@hotmail.com

DISCAPACIDAD VISUAL

Morada Montserrat, Casa para el invidente
Talleres de masaje relajante, repostería, orientación y movilidad, macramé.
 Domicilio: 21 Poniente número 1312, Colonia Santiago.

Programa de Adaptación Psicosocial Infantil, A.C. (PAPI)

Domicilio: 33 Poniente 313 Colonia Chula Vista
 Teléfono: 240 1228
 Correo electrónico: gabrielggv@yahoo.com.mx



Red de Atención a la Diversidad Funcional
Capacitación, manejo de duelo, acompañamiento a familia.
 Teléfono: 233 4231
 Móvil: 2221 031197
 Correo electrónico: redinfo2013@gmail.com

Red por la Infancia y la Adolescencia (RIA)
Asociaciones que atienden distintas discapacidades
 Domicilio: Calle del Sol número 2910 atrás del HNP
 Teléfono: 248 0595
 Correo electrónico: redinfanciayadolescenciapuebla@yahoo.com.mx

DISCAPACIDAD VISUAL

Taller de cooperación para ciegos, A.C.
 Domicilio: 5 poniente 134
 Teléfono: 237 6994 y 266 9819
 Móvil: 2222 325209

DISCAPACIDAD FÍSICA E INTELLECTUAL

Taller de Educación Pedro Claver, A.C.
 Domicilio: 21 Poniente 3523 colonia Belisario Domínguez
 Teléfono: 249 6749 / 248 6377 / 249 6749
 Correo electrónico: mariolm@hotmail.com

Unidad para el Paciente Reumático (UPAR) Fundación Maritere I.B.P.
 Domicilio: Primera cerrada de la Concepción, Santa Cruz Buenavista.
 Teléfono: 169 5321
 Móvil: 2226 611907
 Correo electrónico: fuparpuebla@gmail.com

DISCAPACIDAD VISUAL

Unión de ciegos y débiles visuales de Puebla A.C.
 Domicilio: Francisco Neve 2111
 Teléfono: 232 3668 122-32-36-68

SÍNDROME DE DOWN

Villas Juan Pablo, A.C.
 Domicilio: Calle San Isidro s/n colonia San Isidro Castillota
 Teléfono: 241 1262
 Correo electrónico: villas_juan_pablo_ac@hotmail.com

AUTISMO

Vínculos de Apoyo para Lograr la Recuperación Autista en Puebla, A.C. (VALORA, A.C.)
 Domicilio: Calle Orquídeas 6170
 Teléfono: 2 441019
 Móvil: 2222 175072 / 656 6876 nextel
 Correo electrónico: antionette_moreno@yahoo.com.mx

ORGANISMOS Y ASOCIACIONES QUE VINCULAN CON EMPRESAS CONTRATANTES

PORTAVOZ DE PERSONAS CON DISCAPACIDAD A.C.

Domicilio: 3B sur número 4507, colonia Huexotitla
 Teléfono: 409 0059 / 409 0064
 Correo electrónico: direccion_portavoz@hotmail.com
 Horario de Atención: Lunes a viernes 9:00 – 14:00 hrs.

SECRETARÍA DEL TRABAJO

Red de integración laboral
 Domicilio: 31 poniente 2904, Fraccionamiento El Vergel
 Teléfonos: 249 8814, 230 1670, 230 1251 Ext. 114



EMPRESAS INCLUSIVAS

CINIA

Contrata a personas principalmente con discapacidad intelectual para trabajos de jardinería, artesanías, maquila de productos.

Domicilio: Cerrada Cerezales del Condado número 1 y Calle del Sol, colonia Concepción la Cruz, San Andrés Cholula
Teléfonos: 225 7030 / 225 7099
Correo electrónico: comunicacion@cinia.net

HECHO POR ÁNGELES A.C.

Elaboración y venta de tamales. Contrata a personas con distintas discapacidades.

Domicilio: Avenida 124 Poniente número 26, Fuentes de San Aparicio.
Teléfono: 130 0184
Móvil: 2225 599047
Correo Electrónico: hechoporangeles@gmail.com





JUNTA DE GOBIERNO DEL IMPLAN

- Mtro. Eduardo Rivera Pérez.
Presidente Honorario.
- Francisco Bada Sanz.
Suplente del Presidente Honorario
- L.D. Luis Armando Olmos Pineda.
Secretario Técnico-Coordenador General del Instituto Municipal de Planeación.
- Lic. Rubén Ezequiel Islas Contreras.
Vocal - Secretario del H. Ayuntamiento de Puebla.
- Arq. José Felipe Velázquez Gutiérrez.
Vocal - Secretario de Desarrollo Urbano y Obras Públicas.
- Lic. Pedro Ocejo Tarno.
Vocal - Secretario de Desarrollo Económico y Turismo.
- Dr. Luis Alejandro Fabre Bandini.
Vocal - Secretario de Medio Ambiente y Servicios Públicos.
- C. David Méndez Márquez.
Vocal - Regidor Presidente de la Comisión de Desarrollo Urbano y Obras.
- C. Carlos Ibáñez Alcocer.
Vocal - Regidor Presidente de la Comisión de Asuntos Metropolitanos.
- C. César Marcelino León Ochoa.
Vocal - Regidor Presidente de la Comisión de Participación Ciudadana.
- Dr. Rafael Campos Enríquez.
Vocal Ciudadano.
- Mtra. Denise Costes Intriago.
Vocal Ciudadano.
- Dr. Francisco Manuel Vélez Pliego.
Vocal Ciudadano.
- Ing. Juan Gerardo Quintana Moreno.
Vocal Ciudadano.
- Arq. María de los Dolores Dib y Álvarez.
Vocal Ciudadano.
- Arq. José Antonio Quintana Gómez.
Vocal Ciudadano.
- Arq. Carlos Mastretta Cobel.
Vocal Ciudadano.

CONSEJO CIUDADANO PARA LA DISCAPACIDAD

- Natalia Sardá Cué: *Presidenta*
- Rocío Rodríguez Heres: *Suplente*
- Alejandro Reyes Díaz : *Secretario*
- Adriana Fabiola García Cid: *Suplente*
- María Victorina Pendás Sanz: *Vocal de vigilancia*
- Celia Melgarejo Montero: *Suplente*
- Marco Antonio Cubillo León: *Consejero*
- Rosa Martha Guillén Apreza: *Suplente*
- Elvira Sarre Iguiniz: *Consejera*
- Ricardo Salas Monroy: *Suplente*
- Caridad Fernanda Estenoz Carrasco: *Consejera*
- María Eugenia Cisneros Rosado: *Suplente*
- Margarita Delezé Hinojosa: *Consejera*
- Dolores Amalia Calva Solís: *Suplente*
- Jorge Lanzagorta Gallardo: *Consejero*
- María Fernanda Ochoategui Sánchez: *Suplente*
- Margarita Maceda Jiménez: *Consejero*
- Martha Laura Hernández Jiménez: *Suplente*
- María Antionette Moreno Ramírez: *Consejero*
- María Beatriz Flores Elizondo: *Suplente*
- Luis Mauro Izazaga Carrillo: *Consejero*
- Rosa María Villagómez Salazar: *Suplente*
- Mtra. María Fernanda López Mendiola: *Consejera*
- Lic. Marcela Cordero Sánchez: *Suplente*
- María Andrea Escobar García: *Consejera*

INSTITUTO MUNICIPAL DE PLANEACIÓN
DIRECCIÓN DE PLANEACIÓN ESTRATÉGICA
DEPARTAMENTO DE POLÍTICAS PÚBLICAS

Instituto Municipal de Planeación
Av. 8 Oriente 1014 Int. Paseo de San Francisco
Barrio del Alto, Puebla, Pue.
www.implanpuebla.gob.mx