



*United Spinal  
Association*



Seguridad contra incendios para  
usuarios de sillas de ruedas  
en el trabajo y en el hogar



**United Spinal  
Association**

## Declaración de la misión

En United Spinal Association trabajamos para mejorar la vida de las personas con lesión o enfermedad de la médula espinal al garantizar una atención médica de calidad, promocionar la investigación, abogar por los derechos civiles y la independencia, educar al público acerca de estos temas y utilizar la ayuda que la sociedad nos ofrece a fin de alcanzar estas metas fundamentales.

## Quiénes somos

United Spinal Association se fundó en 1946 con el nombre de Eastern Paralyzed Veterans Association (Asociación de Veteranos Paralizados de la Región Oriental) para ayudar a sus miembros y demás personas con discapacidades a llevar una vida plena y productiva. Participamos de la redacción de la Ley de estadounidenses con discapacidades (ADA), y otras leyes sobre derechos civiles, y continuamos promoviendo su cumplimiento. Nuestros programas de defensa, deporte y recreación, e investigación médica, al igual que nuestros servicios a favor de la accesibilidad se sustentan con sus donaciones.

# ¿Por qué se elaboró este folleto sobre seguridad contra incendios para personas con discapacidades físicas?

La tragedia del 11 de septiembre de 2001 reveló ejemplos concretos de las necesidades de evacuación de los usuarios de sillas de ruedas durante una emergencia.

John Abruzzo, un hombre tetrapléjico C-5/C-6 que se moviliza en una silla de ruedas motorizada escapó del piso 69 de la Torre N° 1 del World Trade Center el 11 de septiembre. En el primer ataque al World Trade Center en febrero de 1993, la evacuación de John llevó 6 horas, durante las cuales su silla fue transportada del piso 69 al piso 44, allí fue transferido a una camilla y logró finalmente evacuar el edificio.

Mientras evacuaban el edificio junto a los otros empleados de una empresa de telecomunicaciones en el World Trade Center el 11 de septiembre, Michael Benfante y John Cerqueira se cruzaron con una mujer en silla de ruedas en el piso 68. Como era evidente que nunca lograría salvarse por sus propios medios, los hombres la ayudaron a bajar las escaleras. Tardaron más de una hora en llegar a la planta baja, unos minutos antes de que se desplomara la torre.

*La Oficina de Censos de EE.UU. (U.S. Census Bureau) estima que existen más de 21.2 millones de personas con discapacidades físicas.*

*Al conocer sus necesidades especiales de evacuación, las personas con discapacidades físicas y los primeros actuantes pueden aumentar las posibilidades de lograr una evacuación segura de su casa o de su lugar de trabajo. Este folleto enfatiza el protocolo de evacuación para usuarios de sillas de ruedas de estas dos áreas.*

Este folleto está dirigido a:

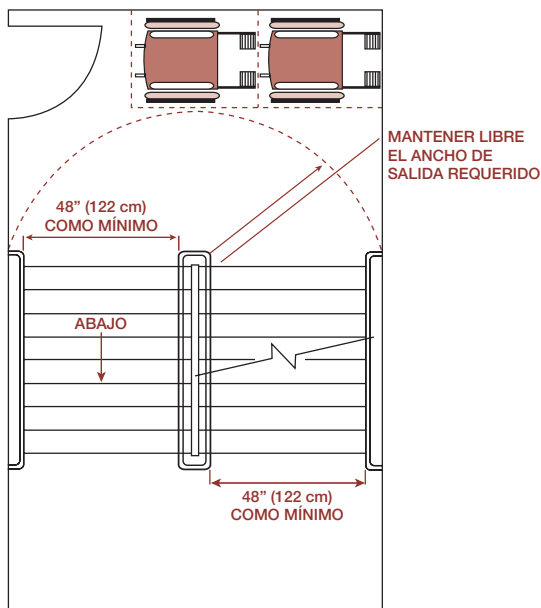
- Personas que se movilizan en sillas de ruedas o padecen otras discapacidades físicas
- Funcionarios responsables de los códigos de incendio, de seguridad y de construcción
- Coordinadores de planes de emergencia
- Propietarios y administradores de edificios
- Empleadores y supervisores
- Jefes de bomberos

*No existe un plan de evacuación "típico" o "modelo" para personas con discapacidades. Los planes generales son inútiles, ya que no se consideran las circunstancias particulares de cada establecimiento y de*

cada persona. Asegúrese de que su establecimiento no emplee un plan general para catástrofes. Cada edificio y a veces cada área de un edificio (en aquellos que son amplios) es distinta y debe tener su propio plan. El principal objetivo es trasladar a las personas con discapacidades físicas a una “área segura” hasta que llegue el cuerpo de bomberos.

## Novedades . . .

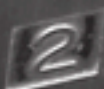
United Spinal Association ha trabajado para garantizar que los nuevos códigos de construcción estatales y modelo integren requisitos específicos para mejorar la seguridad de las personas que padecen discapacidades físicas en edificios recientemente construidos. Las características fundamentales de estos códigos incluyen:



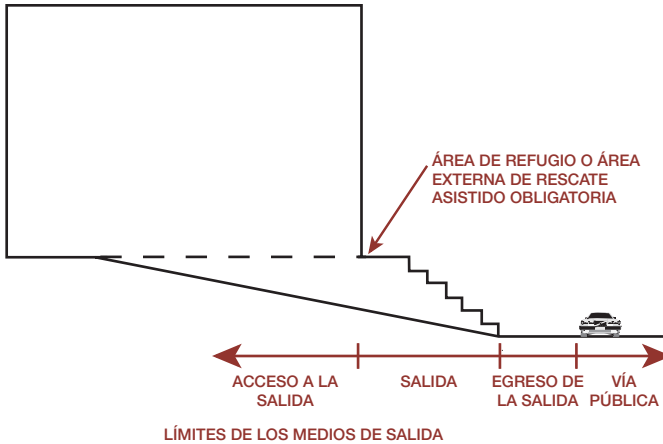
- **Áreas de refugio** – Son ámbitos seguros contra incendios situados en el piso superior y en el subsuelo de los edificios, diseñados para que las personas con discapacidades físicas puedan esperar a que los rescate la brigada de bomberos correspondiente. Estas áreas pueden ubicarse en los descansos de las escaleras, en los pasillos de los ascensores o en un área que esté debidamente equipada contra incendios y posea medios de comunicación de emergencia para enviar y recibir mensajes, de modo que el usuario de una silla de ruedas pueda informar su ubicación a las autoridades.
- **Amplias escaleras de salida** – Son escaleras obligatorias con un espacio de 48 pulgadas (122 cm) entre las barandas a fin de que los bomberos tengan suficiente espacio para trasladar a un usuario de silla de ruedas de un descanso a un sitio seguro.
- **Ascensores con medios de salida** – Son ascensores con dispositivos de alimentación eléctrica de reserva además del servicio contra incendios requerido en todos los ascensores. La alimentación eléctrica de reserva permite a los bomberos trasladarse al nivel superior o al subsuelo de un edificio, donde están las personas con discapacidades físicas y evacuarlas al exterior, incluso si el edificio no cuenta con su servicio eléctrico normal.



FOR FIRE DEPARTMENT  
USE ONLY



- **Áreas externas de rescate asistido** – Son áreas protegidas ubicadas fuera de las puertas de salida de los edificios, diseñadas para proveer un ámbito seguro a las personas con discapacidades físicas cuando el terreno o nivel circundante es difícil de equipar con rampas de acceso seguro que conduzcan a un espacio público lejos del edificio.



*Lo ideal es que los ocupantes de una oficina dispongan de un plan escrito, revisado por las autoridades correspondientes, y lo hayan leído, comprendido y practicado. Dicho plan considerará a todas las personas del edificio, con capacidades normales o no, y les informará cómo evacuar las instalaciones durante una emergencia real.*

*Los planes de evacuación son obligatorios en muchas jurisdicciones y para ciertos tipos de edificios (por ejemplo, las escuelas).*

## Protocolos y procedimientos

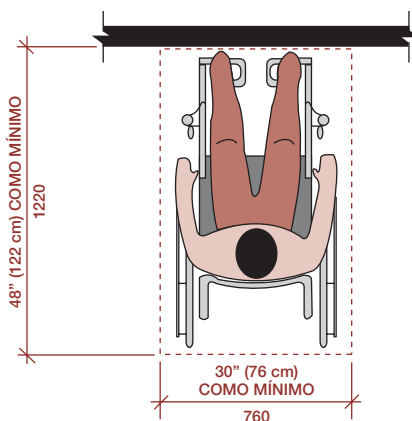
**1. Establezca una relación con el departamento de bomberos u otros primeros actuantes que pudieran acudir a su casa o empresa en caso de incendio u otra emergencia. Esta relación debe incluir:**

- El desarrollo de un plan de evacuación con el departamento de bomberos.
- La revisión del plan con el departamento de bomberos al menos una vez al año.
- Prácticas del plan de evacuación durante todo el año.

Los empleadores, a su vez, deben revisar los planes de evacuación una vez por año, practicarlos y evaluarlos periódicamente. Incluso un breve debate durante una reunión de personal puede contribuir a recordar a cada persona lo que debe hacer. En última instancia, una sólida preparación debe formar parte de la estructura del establecimiento.

## 2. En todo plan de evacuación es fundamental:

- **Conocer la ubicación de las salidas** utilizables sobre el nivel del edificio y saber llegar a ellas.
- Una vez afuera, determinar si un usuario de silla de ruedas puede llegar a una **“vía pública”** situada a una distancia segura del edificio e identificar un punto de encuentro seguro. En este folleto se describió anteriormente un área protegida ubicada fuera de la puerta de salida para las personas con discapacidades físicas. En numerosos edificios de oficinas, incluso las salidas al nivel del edificio están elevadas por sobre el nivel contiguo. En estos casos, se deben revisar los descansos ubicados fuera de la puerta de salida a fin de determinar si son adecuados para acomodar a un usuario de silla de ruedas. Simplemente se debe medir el descanso. El espacio de área disponible que requiere un usuario de silla de ruedas es de 30 x 48 pulgadas (76 x 122 cm), pero tenga presente que esta área debe estar ubicada a una distancia mayor que la apertura de la puerta de salida y fuera de la ruta que utilizarán quienes se movilicen a pie.



- **Establecer un sistema de encargados de piso** — Estas personas son responsables de supervisar y coordinar las tareas de evacuación, dirigir la salida final de oficina, asegurarse de que todos reciban la atención necesaria, cerciorarse de que todas las puertas al pasillo de los ascensores estén cerradas e informar el grado de evacuación del

piso a los primeros bomberos u oficiales de emergencias que lleguen al lugar. *Cuando suene la alarma*, el *encargado de piso* debe verificar las circunstancias de inmediato y comunicarlas a la persona que padezca alguna discapacidad. Es sumamente importante designar un *encargado de piso* sustituto para los casos en que el designado inicialmente estuviera ausente. Los nombres de las personas designadas deben actualizarse y difundirse periódicamente.

- *Identificar una ubicación o ubicaciones para un área de refugio* — Si es necesaria la evacuación de un piso superior, los usuarios de sillas de ruedas deben dirigirse, ya sea solos o acompañados, a un área de refugio designada o a otro sitio seguro en el mismo piso (por ejemplo, un descanso de escalera como se describió anteriormente). Deben informar a su supervisor, a un colega o a otra persona disponible que permanecerán en ese lugar seguro y esperarán el auxilio. Un excelente medio para garantizar la comunicación en estas áreas es el equipamiento con radios o teléfonos a fin de asegurar que se puedan enviar y recibir mensajes. El supervisor u otra persona designada deberán informar a los primeros bomberos u oficiales de emergencias que lleguen al lugar la ubicación de las personas discapacitadas.
- *Evaluar la necesidad de dispositivos de evacuación* de los pisos superiores e inferiores. Si se utilizan dichos dispositivos, se debe identificar su ubicación o ubicaciones y realizarse ejercicios de práctica periódicos para familiarizarse con su uso.

El uso de los dispositivos de evacuación se puede dirigir mediante letreros (por ejemplo, las personas que se evacuen en sillas de ruedas deben usar el hueco de la escalera ubicado al Este, junto al baño de caballeros).

- *Practicar* cómo resolver diferentes circunstancias y situaciones imprevistas, por ejemplo, la existencia de salidas o corredores bloqueados.
- *Recordar* que nunca se deben abrir las puertas que estén demasiado calientes.
- *Asegurarse* de que todos los trabajadores, incluso los de otros turnos y los que desempeñan sus tareas después de las horas de trabajo habituales (por ejemplo, personal de limpieza, coordinadores de reuniones nocturnas) conozcan a los usuarios de sillas de ruedas que se encuentran normalmente en el edificio. Estos empleados de horarios atípicos deben participar de los ejercicios de práctica para emergencias por incendio.

# Evacuación domiciliar para personas con discapacidades físicas

United Spinal Association le brinda algunos consejos importantes para manejar situaciones antes y durante un incendio, y prevenir incendios en el hogar. Es importante reconocer que no todas las personas que padecen discapacidades físicas tienen el mismo tipo de vivienda. Por lo tanto, los siguientes consejos sólo deben aplicarse como un modelo a modificar y adaptar a la vivienda de cada persona.

## Qué hacer antes de que se origine un incendio . . .

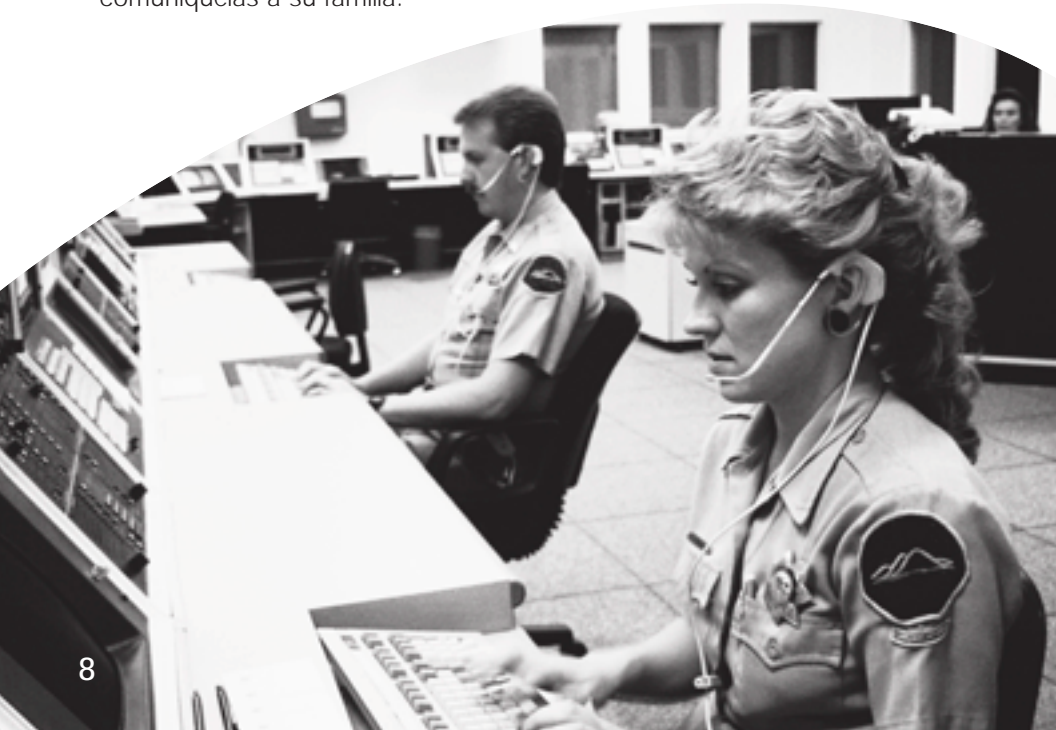
- Identificar y determinar la salida o salidas de emergencia más cercanas dentro de su casa. Es importante conocer siempre la salida más rápida y segura de cualquier lugar en donde se encuentre, y para identificarla deberá tomar en cuenta su capacidad física. Si es posible, trate de vivir o ubicar el dormitorio, cerca de una salida accesible. En ese caso, si se produce una emergencia dispondrá de la ruta de escape más rápida. Quizá deba realizar algunas modificaciones para facilitar una salida de emergencia como, por ejemplo, instalar una rampa o quitar obstáculos. Realice las modificaciones necesarias para garantizar una ruta de escape segura. Además, cerciórese de poder abrir todas las trabas de las ventanas y puertas de la casa.
- Instalar detectores de calor o de humo en todos los sectores de la casa. Los sitios clave para las alarmas de humo son: la cocina, los sótanos, los depósitos, las áreas destinadas a la basura, los desvanes accesibles, los

Ubicación de la alarma	Aumento del índice de temperatura	Temperatura fija, ajustable	Temperatura fija, calibración permanente en un rango de 175° a 240°F (79° a 116°C)	Humo/ Productos de combustión
Cocina	Preferible			
Sótano	Preferible	Aceptable		
Depósito	Preferible	Aceptable		
Basura	Preferible	Aceptable		
Garaje		Preferible		
Desván accesible			Preferible	
Área de dormitorios				Preferible
Pasillos	Aceptable			Preferible

Fuente: Basado en el texto de Robert James Sorensen, *Design for Accessibility* ([Diseño para la accesibilidad], Nueva York: McGraw-Hill Book Company), 1979, extraído de *Fire Risks for the Mobility Impaired* (Riesgos para las personas con discapacidades físicas en caso de incendio) publicado en 1999 por la Administración para Incendios de EE.UU. (USFA, por sus siglas en inglés) y la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias (FEMA, por sus siglas en inglés).

dormitorios y los pasillos. Tenga presente que existen diversos tipos de alarmas para humo. La siguiente tabla describe cuáles son los detectores de calor o de humo adecuados para cada ambiente de su vivienda.

- Los detectores de calor y de humo pueden reducir en aproximadamente un 60% el riesgo de muerte en un incendio domiciliario. Es importante que su casa cuente con estos dispositivos. También es importante asegurarse de que sus alarmas para humo funcionen correctamente. Verifique que las mismas se limpien y aspiren periódicamente para eliminar las partículas de polvo. Además, debe probar las baterías mensualmente y reemplazarlas dos veces al año para garantizar su correcto funcionamiento. Si las alarmas para humo están conectadas a los circuitos eléctricos de su casa, debe contar con baterías de respaldo en caso de corte de luz. Si no puede realizar personalmente estas tareas, pida ayuda a sus amigos, a familiares, al administrador del edificio o al personal del departamento de bomberos.
- Aprender a usar los extinguidores. Para los usuarios de sillas de ruedas, quizá sea conveniente considerar la posibilidad de instalar un pequeño extinguidor personal en un lugar accesible. Esta opción es útil si no puede “detenerse, tirarse al piso y rodar” en caso de que el fuego alcance su ropa.
- Otra fuente de información útil es su departamento local de bomberos. Allí podrán brindarle importante información respecto de las mejores rutas de escape y equipos, así como de los posibles riesgos que enfrenta en su casa. Infórmese sobre las restricciones del departamento de bomberos y comuníquelas a su familia.



## Qué hacer si se origina un incendio . . .

- Antes de abrir las puertas verifique siempre su temperatura. Para hacerlo de modo seguro, use el dorso de la mano, extiéndalo hacia arriba y toque la puerta, el picaporte y el espacio entre la puerta y el marco. Si la puerta está caliente, manténgala cerrada y, de ser posible, utilice otra salida. Si está fresca, ábrala lentamente y salga agachándose lo más abajo posible. Si su estado le impide agacharse, cúbrase la boca y la nariz y abandone la habitación lo antes posible hacia un sitio seguro. Cubrirse la boca y la nariz lo protegerá de inhalar gases peligrosos.
- Salga de su casa lo antes posible. Deje adentro todas sus pertenencias y objetos personales. Ninguno de estos objetos es más preciado que su vida. No use los ascensores y *una vez que haya salido no vuelva a entrar*. Pida ayuda a los vecinos y contáctese con el departamento de bomberos si es que éstos aún no han sido alertados del incendio.
- Si queda atrapado en su cuarto cierre todas las puertas entre usted y el incendio. Tape las grietas de todos los espacios abiertos para evitar que el humo ingrese a la habitación. Si es posible, comuníquese con el departamento de bomberos y dígales en qué habitación se encuentra. También es conveniente tomar un trozo de tela de color claro y flamearla a través de la ventana para indicar su ubicación a los bomberos.
- Si posee un teléfono celular, consérvelo con usted en todo momento. Tenerlo de noche junto a su cama o, incluso, en el baño al tomar una ducha le brinda un medio de comunicación permanente, aun si está atrapado en una habitación y no puede alcanzar el teléfono común.



# Consejos para prevenir incendios

## Si está cocinando:

- Nunca descuide el fuego de la cocina. Si tiene que salir, aunque sea por un minuto, asegúrese de haber apagado el fuego.
- Al cocinar sobre una llama abierta, use siempre ropa ceñida al cuerpo.
- Si la comida o la grasa se encienden, tape la olla para sofocar las llamas.  
*¡Nunca utilice agua para apagar el fuego de la grasa!*
- Coloque las asas de las ollas lejos del frente de la cocina para no llevarlas por delante o derribarlas.

## Si debe usar electrodomésticos o máquinas eléctricas:

- Desenchufe cualquier electrodoméstico que comience a emanar un olor extraño o producir humo. No utilice ningún electrodoméstico que tenga cables expuestos.
- Reemplace siempre los cables eléctricos pelados y dañados.
- No sobrecargue los alargadores con demasiados cables.
- Mantenga todos los alargadores lejos de las áreas muy transitadas.
- Las mantas eléctricas deben contar con protección contra recalentamiento. No lave excesivamente las mantas eléctricas, podría dañar el circuito eléctrico.

## Cuando fume:

- No fume en la cama.
- Asegúrese de no descuidar los elementos que utilice (por ejemplo, dejar cigarrillos encendidos).
- No se distraiga. Evite fumar si ha consumido alcohol o medicamentos recetados que lo puedan adormecer.
- Antes de arrojar la ceniza a la basura remójela en agua.

## Si emplea calefactores o sistemas de calefacción en su casa:

- Asegúrese de dejar suficiente espacio alrededor de los mismos.
- Instale los calefactores a una distancia mínima de 3 pies (92 cm) de cualquier material inflamable.
- Mantenga una distancia segura entre usted y el calefactor de ambientes.
- Haga revisar y limpiar los sistemas de calefacción y las chimeneas una vez al año.
- No deje en su casa material inflamable como, por ejemplo, combustible. Es conveniente mantener este tipo de materiales afuera o en el área del garaje.
- Cubra siempre las chimeneas con los productos de protección adecuados.



## *Recursos de seguridad contra incendios*

Contactos del Código estatal

[www.access-board.gov/links/statecodes.htm](http://www.access-board.gov/links/statecodes.htm)

*International Building Code (Código internacional para la construcción)*

[www.iccsafe.org](http://www.iccsafe.org)

*National Fire Protection Association (Asociación Nacional de Protección contra Incendios de EE.UU.)* [www.nfpa.org/catalog/Home/index.asp](http://www.nfpa.org/catalog/Home/index.asp)

*United States Fire Administration (Administración para Incendios de EE.UU.)* [www.usfa.fema.gov](http://www.usfa.fema.gov)

*American Red Cross (Cruz Roja Norteamericana)*

[www.redcross.org/services/disaster/beprepared/disability.html](http://www.redcross.org/services/disaster/beprepared/disability.html)

La Administración para Incendios de EE.UU. (USFA, por sus siglas en inglés) y la Agencia Federal para el Manejo de Emergencias (FEMA, por sus siglas en inglés) proveen mayor información (*Fire Risks for the Mobility Impaired* [Riesgos para las personas con discapacidades físicas en caso de incendio] publicado en octubre de 1999).

Para descargar o solicitar publicaciones de nuestro sitio Web, o conocer más detalles sobre los numerosos programas y servicios disponibles, visite [www.unitedspinal.org](http://www.unitedspinal.org). Si desea solicitar copias gratuitas individuales de nuestras publicaciones, llame al **1.800.444.0120**. Para solicitar información sobre la compra de copias en cantidad, envíe un mensaje electrónico a [publications@unitedspinal.org](mailto:publications@unitedspinal.org).

**Nota:** En enero de 2004, Eastern Paralyzed Veterans Association (Asociación de Veteranos Paralizados de la Región Oriental) cambió su nombre a United Spinal Association. United Spinal abrió su membresía a cualquier persona con lesiones o enfermedades de la médula. Puede descargar una Solicitud de membresía en nuestro sitio Web: [www.unitedspinal.org](http://www.unitedspinal.org). Para obtener mayor información, comuníquese con nuestro Departamento de Membresía: **1.800.404.2898**.

### **¿Sabía que . . .**

United Spinal Association no recibe ningún aporte del dinero de los contribuyentes por parte del gobierno?

Nuestros programas dependen de personas como usted y de su aporte. De hecho, si no fuera por su generosidad, nuestra organización no podría existir.

Para obtener más información sobre los importantes programas que usted ayuda a sustentar, o conocer las diversas formas de efectuar donaciones, llame al **1.800.404.2899** o visite nuestro sitio Web: [www.unitedspinal.org](http://www.unitedspinal.org)



## **United Spinal Association**

### **United Spinal Association**

75-20 Astoria Boulevard  
Jackson Heights, NY 11370

Tel 718.803.3782

Fax 718.803.0414

**[www.unitedspinal.org](http://www.unitedspinal.org)**

### **Additional Offices**

P.O. Box 42938  
Philadelphia, PA 19101-2938  
1.800.807.0190

111 West Huron Street  
Buffalo, NY 14202  
1.800.807.0191

245 West Houston Street  
New York, NY 10014  
Tel 212.807.3163  
Fax 212.807.4018

324 Washington Avenue, SW  
Suite 1  
Roanoke, VA 24016-4312  
Tel 540.342.0032/0336  
Fax 540.342.0339

1146 19th Street, NW  
Suite 250  
Washington, DC 20036  
Tel 202.331.1002  
Fax 202.466.5011

Mayores oportunidades para los veteranos y todos  
los estadounidenses con parálisis

**United Spinal Association**

75-20 Astoria Boulevard  
Jackson Heights, NY 11370-1177

Tel 718 803 3782

Fax 718 803 0414

[www.unitedspinal.org](http://www.unitedspinal.org)

Job #2004-1018-001MP