



Guía de Accesibilidad Cognitiva

Sistemas de Emergencia y Evacuación





Autor de los contenidos:

AFANIAS, Asociación pro-personas con discapacidad intelectual. Marzo de 2022.

Adaptación a lectura fácil:

Equipo de Accesibilidad Cognitiva de AFANIAS

Validación a lectura fácil:

Equipo de validación de lectura fácil de Espacio Abierto

Diseño y maquetación:

Equipo de Accesibilidad Cognitiva de AFANIAS

Copyright logo europeo de lectura fácil: Inclusión Europe

Mas información en: <https://www.inclusion-europe.eu/easy-to-read/>

Ilustraciones tomadas de:

<https://elements.envato.com>

<https://www.canva.com/>

<https://www.freepik.es/>

Señales de emergencia tomadas de normas UNE 23035-1:2003, 23035-2:2003, 23035-4:2003.

Fotos tomadas por técnicos de AFANIAS en las evaluaciones.

Para más información visita nuestra web: www.afanias.org



Índice

1. Glosario	4
2. Introducción	5
3. Accesibilidad cognitiva	6
4. Sistemas de emergencia y evacuación	7
5. ¿Porqué unir la accesibilidad cognitiva y los sistemas de emergencia?	9
6. Elementos a tener en cuenta desde la accesibilidad cognitiva	11
• Planes de autoprotección y emergencias	
• Simulacros	
• Tipos de emergencia	
• Señalética	
• Planos de evacuación	
• Zona de refugio	
• Rutas de evacuación e itinerarios accesibles	
• Palancas de aviso de emergencia	
• Alumbrado de emergencias	
• Alarma: diferentes tipos de alarma	
• Puertas de emergencias	
7. Reacciones en caso de emergencia	34
8. Recomendaciones o buenas prácticas	35
9. Conclusiones	37

1. Glosario

Accesibilidad cognitiva: Característica que tienen las cosas, los espacios o los textos que hace que los entiendan todas las personas.

Emergencia: Situación importante en la que una persona necesita actuar con rapidez.

Evacuación: Acción en la que las personas tienen que abandonar un lugar. Suele ser una emergencia.

Plan de autoprotección: Es un documento escrito, que estudia los riesgos que pueden ocurrir en una emergencia. Nos dice lo que debemos hacer cuando se produce una emergencia.

Simulacro Un simulacro es un ensayo o prueba sobre cómo actuar en caso de una emergencia.

Código técnico de la edificación: Es el conjunto de normas que regulan la construcción de edificios en España. Este código se conoce como CTE.

Itinerario: Camino en el que se describen los lugares por los que se pasa.

Cognitivo: Todo lo que esté relacionado con entender las cosas. Por ejemplo, a Alberto le cuesta entender las cosas, Alberto tiene problemas cognitivos.

Norma UNE: UNE significa Una Norma Española. Estas normas pueden ser españolas o ser adoptadas de normas europeas o internacionales. Las normas y las leyes no son lo mismo. Las normas no son obligatorias y las leyes sí. El objetivo de las normas UNE es conseguir buenos niveles de calidad. Por ejemplo, la norma UNE de lectura fácil quiere conseguir que los textos adaptados a lectura fácil estén bien hechos.

2. Introducción

Las ciudades y los espacios poco a poco introducen cambios para facilitar la participación de las personas en la sociedad.

Esta participación para algunas personas, es más difícil porque existen barreras.

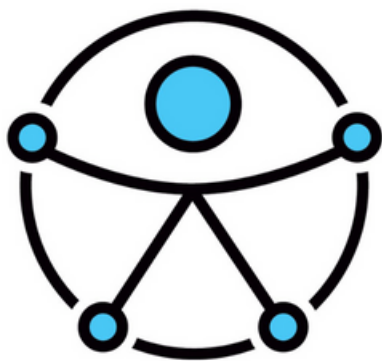
Estas barreras se generan por construir las ciudades, los edificios y los entornos con un diseño pensado solo para una parte de la población.

Para evitar estas barreras, la principal herramienta con la que cuenta la sociedad es la Accesibilidad Universal.

La accesibilidad Universal es la característica de un lugar, un producto o una información con uso o acceso para todo el mundo. La accesibilidad universal está formada por 3 accesibilidades diferentes:

- Accesibilidad física.
- Accesibilidad sensorial.
- Accesibilidad cognitiva.

Aunque la accesibilidad universal tiene mucha importancia en la sociedad, la accesibilidad cognitiva todavía sigue siendo desconocida para muchas personas.



Logotipo de accesibilidad universal

3. Accesibilidad cognitiva

Plena Inclusión define la accesibilidad cognitiva como la característica que tienen las cosas, los espacios o los textos que hace que los entiendan todas las personas. Por lo tanto, la accesibilidad cognitiva es el instrumento que puede derribar esas barreras.

Nos marca como debe ser o que debe cumplir la información que nos da el entorno para que personas con dificultades en la comprensión puedan entenderlo de manera sencilla.

La accesibilidad cognitiva debe ser un derecho fundamental para que las personas con discapacidad intelectual puedan tener calidad de vida.

Por eso es necesario que la información, el poder movernos por las calles y los edificios, las páginas web y las situaciones de emergencia y evacuación, sean fáciles de entender.

¿A quién va dirigida la accesibilidad cognitiva?

Va dirigida a todas las personas, especialmente a las personas con dificultades de comprensión y de orientación.

Estas dificultades pueden ser por diferentes motivos, entre ellos la discapacidad intelectual.

3. Accesibilidad cognitiva

La accesibilidad cognitiva puede ayudar a todo el mundo. Pero en concreto ayuda a los siguientes grupos:

- Personas con problemas de salud mental.
- Personas con discapacidad intelectual.
- Población mayor o envejecida.
- Personas con afasias.
- Inmigración reciente o turistas.
- Personas con daño cerebral adquirido.

Cada vez son más los usuarios que pueden beneficiarse de la accesibilidad cognitiva.

Por ejemplo, cuando cualquier persona va por primera vez a un edificio público o a un hospital.

En estos casos cualquier persona necesita apoyos.

Los apoyos pueden ser dados por otra persona o por señales que nos ayudan a orientarnos.

En general todos los ciudadanos se benefician de la accesibilidad, ya sea, accesibilidad física, sensorial o cognitiva.

Facilitar la orientación o información hace que gastemos menos tiempo, evita el estrés y mejora la seguridad de todos.



4. Sistemas de emergencia y evacuación

A continuación, explicamos los términos emergencia y evacuación.

¿Qué es una emergencia?

Una emergencia es una situación importante en la que una persona necesita actuar con rapidez. Es un accidente que ocurre de forma inesperada. O puede ser una situación de peligro o desastre. Por ejemplo, si una persona se desmaya de repente.

¿Qué es una evacuación?

Una evacuación es desalojar a las personas que se encuentran en un lugar para evitarles algún daño. En algunas situaciones de emergencia se tiene que evacuar a las personas para evitar un peligro. Por ejemplo, me evacuaron del centro comercial porque se produjo un incendio.

Por lo tanto, un sistema de emergencia y evacuación es la planificación y organización de las personas y de los elementos disponibles, para que, en caso de emergencia, se puedan evitar todos los daños posibles.



5. ¿Porque unir la accesibilidad cognitiva y los sistemas de emergencia y evacuación?

Durante una emergencia todas las personas debemos actuar con rapidez.

Debemos:

1. Identificar el recorrido de evacuación.
2. Realizar ese recorrido.

Teniendo en cuenta estos dos puntos y que debemos actuar rápido es muy necesario que todos los elementos se entiendan.

La accesibilidad cognitiva ayuda a que esos elementos se entiendan de forma fácil y sencilla.

Las personas pueden reaccionar de maneras muy diferentes, durante una evacuación y ante una emergencia.

Pueden estar tranquilas o puede que entren en pánico.

Las capacidades de las personas pueden verse modificadas en momentos de estrés y tensión.

La planificación de la evacuación debe tener en cuenta que las reacciones ante una evacuación o una emergencia dependen de cada persona y son poco predecibles.



5. ¿Porque unir la accesibilidad cognitiva y los sistemas de emergencia y evacuación?

¿La accesibilidad cognitiva ayuda en una emergencia?

Razones de porqué la accesibilidad cognitiva ayuda en una situación de emergencia o evacuación:

- Ayuda a personas con dificultades de comprensión y de orientación.
- La accesibilidad cognitiva puede beneficiar a todo el mundo.
- La información que se dé será más fácil de entender.
- Evita el estrés y mejora la seguridad de todos.
- Las evacuaciones se realizan en entornos y edificios, en edificios la accesibilidad cognitiva es donde más está mejorando.
- La accesibilidad cognitiva es evaluada por las propias personas con discapacidad intelectual.
- De esta manera se puede entender y solucionar mejor los diferentes problemas.

Cuando se comprende lo que se tiene que hacer, y se entiende mejor el espacio y los caminos de evacuación, se puede reaccionar más rápido en una situación de emergencia.

Los entornos y la información confusa o difícil de entender genera indecisión, estrés y dependencia, limita la autonomía y la capacidad de tomar decisiones.

La accesibilidad cognitiva ayuda a que la información llegue de forma sencilla incluso en los sistemas de emergencias y evacuación.

6. Elementos a tener en cuenta desde la accesibilidad cognitiva

Plan de autoprotección

El plan de autoprotección es un documento escrito y estudia los riesgos que pueden ocurrir en una emergencia.

El plan de autoprotección nos dice lo que debemos hacer cuando se produce una emergencia.

Es un estudio completo de la seguridad de las instalaciones y organiza a las personas y los elementos que se necesitan.

Elementos como extintores o chalecos reflectantes.

El plan de autoprotección es una norma.

Los centros especiales de empleo, residencias o centros de educación están obligados a tener un plan de autoprotección.

El plan de autoprotección forma al personal del centro.

Es importante que la información sobre los riesgos y sobre cómo actuar en caso de emergencia, se entienda y llegue a todos los profesionales.

La accesibilidad cognitiva mediante la lectura fácil ayuda a que la información del plan de autoprotección y de las formaciones sean más sencillas de entender.

La lectura fácil es la forma de escribir que sigue unas normas para que las personas con dificultades de comprensión lectora puedan entender lo que leen.

6. Elementos a tener en cuenta desde la accesibilidad cognitiva

Plan de emergencias

El plan de emergencia es un documento escrito y establecen las acciones que hay que realizar en las diferentes situaciones de emergencia.

Estos planes buscan que se actúe de forma rápida y ordenada.

Los planes de emergencia son obligatorios en todos los centros de trabajo.

El plan de emergencias debe responder a las preguntas:

- ¿Qué se hará?
- ¿Cuándo se hará?
- ¿Cómo y dónde se hará?
- ¿Quién lo hará?

También recoge como prevenir situaciones de emergencia, como proteger en una emergencia a los trabajadores y al público que no pertenece a la empresa.

Por ejemplo, a los pacientes de un hospital.

Se recomienda que la información de ambos planes este adaptada a lectura fácil, y este colocado en un lugar accesible.

La lectura fácil sigue la Norma UNE 153101:2018.

Para más información os dejamos el enlace de la **guía de pautas en lectura fácil de plena inclusión**.

Los planes de autoprotección son escritos por profesionales especializados en emergencia y evacuación.

Los trabajadores de la empresa tienen funciones concretas en una situación de emergencia.

Los trabajadores pueden tener diferentes capacidades y hay que tener todas en cuenta.



6. Elementos a tener en cuenta desde la accesibilidad cognitiva

Simulacros

Un simulacro es un ensayo sobre cómo actuar en caso de una emergencia, es parecido a un entrenamiento.

Los simulacros buscan que las personas estén preparadas para actuar ante una emergencia.

En caso de emergencia, las personas con discapacidad pueden ser más vulnerables que otras personas.

Hay personas que durante un simulacro pueden ponerse nerviosos y actuar de manera peligrosa.

No todas las personas con discapacidad intelectual tienen este problema. Por eso es necesario conocer las características de cada persona.

Conociendo las características de cada persona se podrán evitar situaciones de pánico, estrés o malas actuaciones. Por ejemplo, que la persona se esconda y no abandone el edificio.

Para solucionar este problema recomendamos dar la información antes. Se debe explicar la información a la persona de una manera sencilla. Esto ayudará a que la persona realice un buen simulacro.

Es importante formar y sensibilizar a todos los trabajadores para que puedan dar apoyo a las personas que lo necesiten.

6. Elementos a tener en cuenta desde la accesibilidad cognitiva

Simulacros

En una emergencia se recomienda:

- 1.** Cuando suene la alarma las personas deben dejar lo que están haciendo y estar en silencio.
- 2.** Deben escuchar con atención y obedecer las instrucciones del personal de protección civil.
- 3.** Deben ir a las salidas señaladas, sin correr, empujar o gritar.

Estos 3 puntos se ensayan en los simulacros



6. Elementos a tener en cuenta desde la accesibilidad cognitiva

Tipos de emergencia

En un edificio o entorno pueden darse emergencias muy diferentes.

A continuación, nombramos las más importantes:

- Acto terrorista.
- Amenaza de bomba.
- Derrames o fuga de sustancias contaminantes.
- Derrumbamiento de edificios.
- Sismo, por un temblor de tierra.
- Explosión.
- Fugas de gas.
- Incendio.
- Inundación.
- Pánico colectivo, es una situación de miedo general que puede generar peligro.

Es necesario marcar como actuar en cada caso, teniendo en cuenta cada tipo de emergencia.

La emergencia más común son los incendios, es la emergencia que más se enseña a todas las personas, pero como hemos visto existen muchas más.



6. Elementos a tener en cuenta desde la accesibilidad cognitiva

Señalética

La señalética son las señales que se utilizan para dar información.

La señalética de sistemas de emergencia y evacuación nos da información relacionada con este ámbito.

La accesibilidad cognitiva puede ayudar a que la información de las señales sea más fácil entender.

Puede ayudar teniendo en cuenta factores como:

El **contraste**: es la diferencia entre el color del texto o la imagen y el color del fondo.

Es muy importante que la señalética y la información tenga un buen contraste.

El **tamaño**: las señales deben tener un buen tamaño.

De esta manera todas las personas pueden ver las señales desde los diferentes puntos del edificio o del entorno.

La **ubicación**: es el sitio donde colocamos los diferentes elementos.

Las señales tienen que ser visibles en todo momento y estar a la altura correcta para no provocar confusión.



6. Elementos a tener en cuenta desde la accesibilidad cognitiva

Señalética

Crear una secuencia: la secuencia se crea a través de señales.

Estas señales crean un camino hasta la salida más cercana.

Es importante no romper esa secuencia.

Por ejemplo, por falta de señales o colocando obstáculos.

Colores y significado: en la señalética de emergencias

las señales tienen distintos colores.

Cada color tiene un significado diferente.

Por ejemplo, las señales verdes indican la salida

y las rojas elementos como los extintores.

Además, las señales de emergencia deben ser fotoluminiscentes.

Esto quiere decir que son de un material que se ve en la oscuridad.

Dentro de la señalética encontramos diferentes tipos de señales,

a continuación, las describimos por categorías.



6. Elementos a tener en cuenta desde la accesibilidad cognitiva

Señalética

Señales de evacuación

Son las señales utilizadas para indicar las salidas de evacuación o de emergencia.

Además, estas señales nos indican el camino hasta la salida más cercana.

El camino que hay que seguir para salir debe señalizarse mediante flechas.

También hay que indicar las puertas que hay que cruzar durante la evacuación y que conducen a la salida.

El recorrido que marcan las señales debe crear una secuencia.

Una secuencia crea un camino hasta la salida para no perdernos.

En accesibilidad cognitiva creamos secuencias para llegar a los diferentes destinos de un edificio.

Por ejemplo, una secuencia de carteles y flechas que nos lleven hasta el salón de actos.

La normativa nos indica cómo debe ser la señalización de evacuación.

A continuación, nombramos las más importantes:

- Las salidas del edificio o de una planta tendrán una señal con el rótulo de **“salida”**. Esta señal tiene que verse fácil desde los distintos puntos del edificio.



6. Elementos a tener en cuenta desde la accesibilidad cognitiva

Señalética

Señales de evacuación

- Las señales con el rótulo "**salida de emergencia**" deben utilizarse en toda salida de uso solo en caso de emergencia.



- Indicar con señales la dirección de los caminos hasta la salida. Los caminos de evacuación pueden tener zonas que pueden ser confusas. Por ejemplo, cruces de caminos y zonas de escaleras. En estos puntos es sencillo que la secuencia se rompa y genere confusión.
- Es importante indicar las puertas que no sean de salida, con la señal de "**sin salida**".



6. Elementos a tener en cuenta desde la accesibilidad cognitiva

Señalética

Señales de evacuación

- Nunca colocar la cartelería sobre la propia puerta.



- Informar claramente que no se deben utilizar los ascensores. Indicar el punto de encuentro. Es importante que en una evacuación todos lleguen al **punto de encuentro**. El punto de encuentro es un lugar seguro donde poder comprobar si se ha evacuado a todo el personal.



6. Elementos a tener en cuenta desde la accesibilidad cognitiva

Señalética

Señales de extinción

Son las señales de protección contra incendios.

Es necesario señalar donde se encuentran para que en caso de incendio se usen rápidamente.

Estos son algunos ejemplos:



6. Elementos a tener en cuenta desde la accesibilidad cognitiva

Señalética

Otras señales

Existen otras señales que también nos dan información.



Observamos que cada color tiene un significado:

- El **verde** nos indica salida.
- El **rojo** elementos de extinción.
- El **azul** obligación.
- El **amarillo** peligro.

Es muy importante mantener unas normas de ubicación.

Se debe tener en cuenta:

1. La altura de la colocación las señales
2. Siempre debe estar iluminada la señal
3. Siempre se debe ver la señal
4. Las señales de salida y salida de emergencia deben colocarse sobre el marco de la puerta o lo más cerca posible.
5. Banderolas, se puede colocar la señalética en este sentido sí es la mejor opción. (poner imagen para que se entienda)

6. Elementos a tener en cuenta desde la accesibilidad cognitiva

Planos de evacuación

Los planos son mapas de un espacio o edificio.

Los planos de evacuación nos indican en un plano dónde están colocadas los diferentes elementos de una evacuación. Por ejemplo, dónde están las salidas de emergencia.

La norma UNE dice a los profesionales la manera en que debe estar colocado este plano:

- El plano debe colocarse donde se vea bien.
- Debe estar colocado en una posición que te oriente correctamente y que informe a la persona de la salida más cercana.
- Debe colocarse de manera fija.
- Los planos deben tener un tamaño para que se vean fácilmente, teniendo en cuenta la altura, la lectura de textos y los pictogramas.
- Deben estar hechos de material fotoluminiscente.
- Este material consigue que el plano se ilumine en la oscuridad.
- Cada una de las zonas de un edificio debe tener un plano de evacuación.
- Es importante señalar en el plano dónde se encuentra la persona en ese momento.

Los planos, en muchas ocasiones pueden ser difíciles de leer.

Para que los planos se entiendan rápidamente deben ser sencillos.

Esto quiere decir que tengan la información justa.

6. Elementos a tener en cuenta desde la accesibilidad cognitiva

Zona de refugio

La zona de refugio es un espacio, dentro de un edificio, para que las personas con problemas de movilidad puedan quedarse allí de manera segura en una emergencia. En esta zona esperan las personas hasta ser recogidas por los responsables de la evacuación.

Los itinerarios que guían hasta las zonas de refugio tienen que ser accesibles.

Los itinerarios son caminos.

Para que sean accesibles

tienen que permitir llegar a todo el mundo a la zona de refugio, principalmente a personas con problemas de movilidad.

Las zonas de refugio y su itinerario se señalarán con el símbolo internacional de accesibilidad para la movilidad. Este símbolo se llama SIA y es la señal azul con el pictograma de silla de ruedas.



Zona de refugio señalada con el símbolo SIA.

6. Elementos a tener en cuenta desde la accesibilidad cognitiva

Zona de refugio

Las zonas de refugio se tienen que indicar en el plano de evacuación, de forma clara y fácil de entender.

No todos los edificios cuentan con zona de refugio.

Las normas actuales sobre itinerarios accesibles y zonas de refugio se centran sobre todo en la accesibilidad física.

Ante una emergencia las personas con problemas de movilidad pueden ser las que tengan más problemas, pero no son las únicas.

Hay que tener en cuenta también a personas con otras discapacidades o con características diferentes.

Por ejemplo, personas que tienen problemas de orientación.

Las personas con dificultades cognitivas en caso de emergencia pueden evacuar el edificio sin problema.

En caso de no poder hacerlo, por ejemplo, porque la persona se bloquee por el miedo, pueden acabar utilizando una zona de refugio.

Las personas que usen la zona de refugio pueden no entender la situación o no saber cómo actuar.

Por esta razón se proponen mejoras como por ejemplo un aparato en el interior, por el cual la persona que se encuentra en la zona de refugio pueda avisar de que está en ese punto.

Además, debería tener apoyos para personas con problemas oído.

Por ejemplo, incorporar una pantalla para ver a la persona con la que hablas.

6. Elementos a tener en cuenta desde la accesibilidad cognitiva

Rutas de evacuación e itinerarios accesibles

La ruta de evacuación es el camino creado para que trabajadores y público en general salgan de las instalaciones rápidamente y con la máxima seguridad.

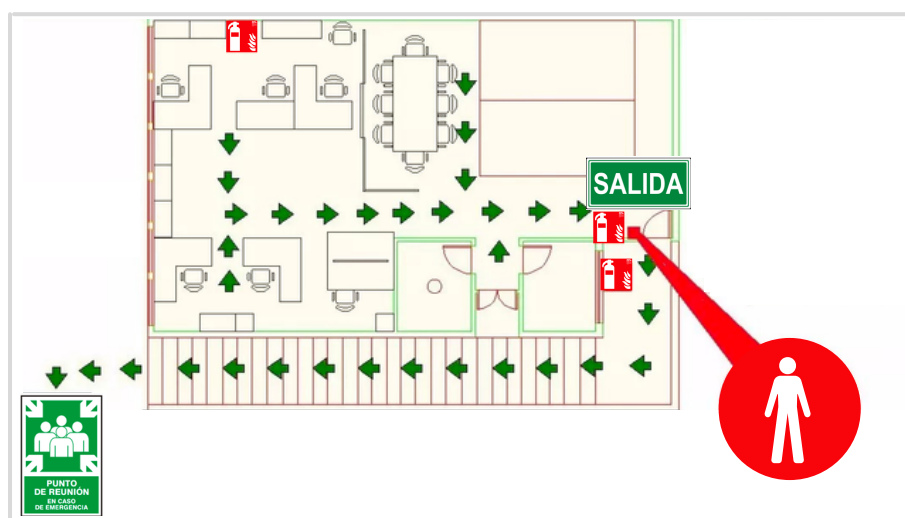
Por ejemplo, salir de un centro comercial.

El itinerario accesible es el camino que permite que todas las personas, independientemente de su discapacidad, puedan entrar y salir del edificio.

Por lo tanto, la ruta de evacuación no tiene por qué ser accesible pero el itinerario accesible sí tiene que ser accesible.

Las rutas de evacuación deben cumplir con el Código Técnico de Edificación (CTE).

Este código recoge las normas de construcción de nuestro país.



6. Elementos a tener en cuenta desde la accesibilidad cognitiva

Rutas de evacuación e itinerarios accesibles

Características de los itinerarios accesibles

Los itinerarios accesibles, no pueden tener:

- Escaleras.
- Rampas pronunciadas.
- Barreras tipo tornos, como los tornos del metro.
- Pasillos y puertas estrechas.
- Elementos sueltos en el suelo. Por ejemplo, alfombras o felpudos.
- Elementos que no permitan llevar marcapasos o cualquier dispositivo médico.

Estas características se centran en solucionar las barreras físicas.

Pero existen más barreras, como las barreras cognitivas.

Hay personas que no entienden cuál es el camino de evacuación, si esto no se soluciona, el itinerario nunca será accesible.

Por eso debemos tener en cuenta puntos de accesibilidad cognitiva, como pueden ser:

- Crear una secuencia o camino mediante las señales.
- El tamaño y la forma de la cartelería debe ser el adecuado.
- El plano de evacuación tiene que ser fácil de entender y estar bien ubicado.
- La cartelería innecesaria o confusa no se debe poner.

6. Elementos a tener en cuenta desde la accesibilidad cognitiva

➤ Obstáculos en los itinerarios de evacuación

Los itinerarios o caminos de evacuación tienen que estar libres de obstáculos.

Los obstáculos pueden ser barreras físicas, sensoriales y cognitivos.

Barreras físicas

- Escalones y rampas pronunciadas.
- Obstáculos en el camino.
- Rampas o escaleras sin pasamanos.
- Puertas de emergencias difíciles de abrir.

Barreras sensoriales

- Utilizar alarmas que solo se oyen y no lleguen a las personas sordas.
- La información y el edificio no estén adaptados para personas con dificultades sensorial.
Como, por ejemplo, personas ciegas o sordas.

Barreras cognitivas

- Usar lenguaje técnico o difícil.
- Dar demasiada información.
- Carteles de tamaño pequeño y con poco contraste
- Colocación errónea de la cartelería.
- Dar por hecho que se entenderán los pictogramas utilizados.
- No conocer elementos como: plano de evacuación, salida de emergencia o zona de refugio.

6. Elementos a tener en cuenta desde la accesibilidad cognitiva

➤ ¿Qué ocurre si no hay accesibilidad cognitiva?

Cuando no se cumple la accesibilidad cognitiva pueden existir los siguientes problemas:

1.Efecto laberinto

Un laberinto es un lugar construido con muchas calles o pasillos que se cruzan y en el que es muy difícil orientarse. En los laberintos es fácil perderse y difícil salir.

El efecto laberinto es una barrera para la orientación, la movilidad y la memoria.

En una evacuación el efecto laberinto puede hacer que las personas se pierdan buscando la salida.



En la fotografía podemos observar un espacio construido como un laberinto.

6. Elementos a tener en cuenta desde la accesibilidad cognitiva

➤ ¿Qué ocurre si no hay accesibilidad cognitiva?

2. Encrucijada

Una encrucijada es un cruce donde salen varios caminos y la persona no sabe cuál debe coger. Las encrucijadas dificultan la orientación para que la persona pueda llegar a un destino, por ejemplo, hasta la salida.



3. Ruido en las paredes y en los recorridos

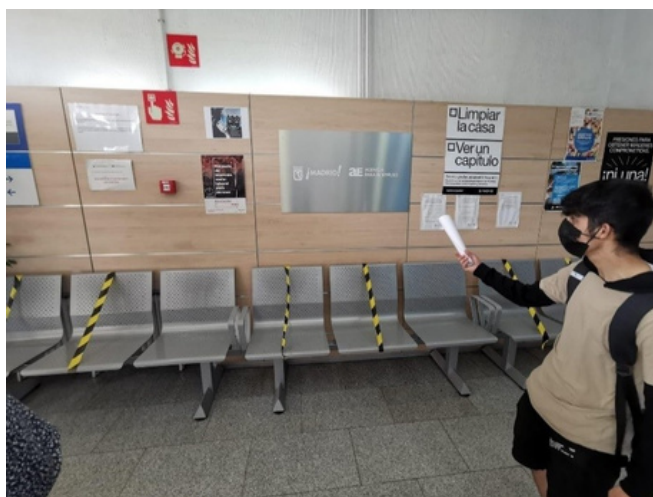
Utilizamos la palabra ruido cuando hay mucha información en un espacio, por ejemplo, la entrada de un edificio llena de carteles, hojas con horarios y posters.

Colocar mucha información en una pared provoca que las personas no puedan diferenciar la información importante.

Es importante dejar solo la información necesaria y actual.

En el caso de las emergencias es necesario que la información se vea rápida y fácil.

No debe haber carteles o pósters que nos despisten.



En la fotografía podemos observar una pared con demasiada información

6. Elementos a tener en cuenta desde la accesibilidad cognitiva

Alumbrado de emergencias

Cuando hay una emergencia, en los edificios se va la luz. Para poder ver en el momento de una evacuación debemos contar con alternativas que nos ayuden a salir de manera segura.

Es importante que las personas vean elementos como las salidas de emergencia o las señales necesarias.

Es necesario que el edificio cuente con luminarias de emergencia. Las luminarias son pequeñas luces que se activan cuando se va la luz, suelen colocarse encima de todas las puertas.



Estas luces nos ayudan a ver las diferentes salidas.

Recuerda:

La cartelería de emergencia debe iluminarse en la oscuridad, de esta manera nos ayuda a guiarnos por el edificio y nos dirige hacia la salida de emergencia.

6. Elementos a tener en cuenta desde la accesibilidad cognitiva

Alumbrado de emergencias

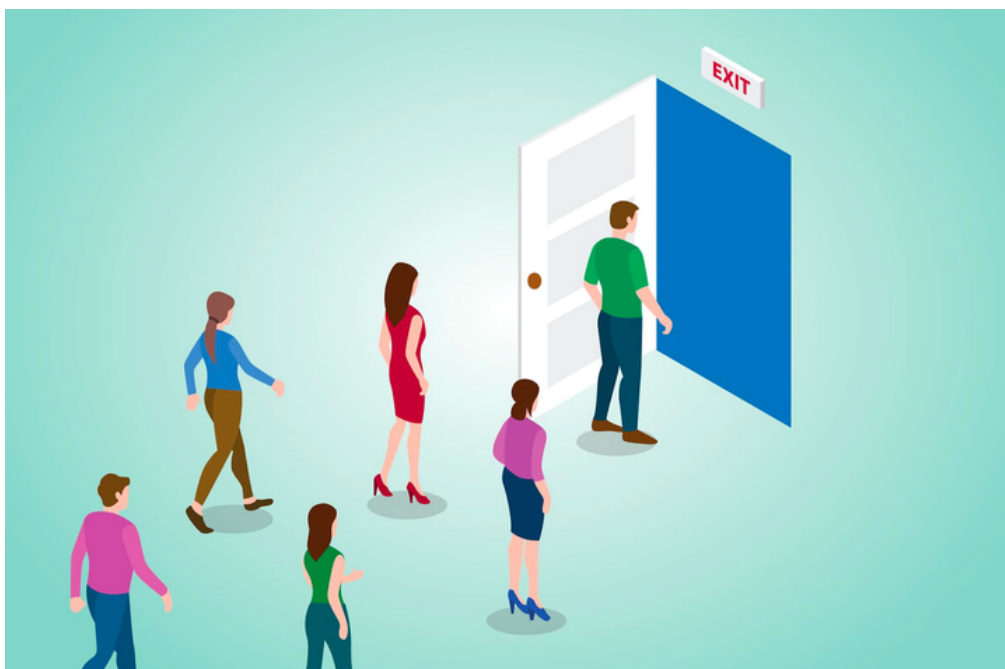
Es muy importante que las luminarias y las señales que se ven en la oscuridad hagan una secuencia o un camino hasta la salida más cercana.

De esta manera tardaremos menos tiempo para salir del edificio y el camino se entenderá más fácil.

Desde la accesibilidad cognitiva, una iluminación de emergencia colocada correctamente supone un estudio completo de cada edificio.

Para ello debemos tener en cuenta:

- Tamaños.
- Contrastes y sombras.
- Información sea fácil de entender.



6. Elementos a tener en cuenta desde la accesibilidad cognitiva

Tipos de alarma

La alarma es el elemento que nos avisa de que hay una emergencia.

La alarma siempre es sonora, es decir, nos avisa a través de un sonido fuerte.

Este tipo de alarma no sirve para las personas sordas.

Es necesario que la alarma se vea para que las personas sordas sepan que hay una emergencia. Los sonidos de las alarmas pueden tener diferentes significados.

Dependiendo del sonido, la duración y las repeticiones la alarma puede avisarnos de:

- Incendio
- Terremoto
- Bomba

Se debe explicar claramente el significado de cada sonido. La información debe llegar de manera fácil a las personas para que sepan cuál es la emergencia que está ocurriendo.

Es muy importante tener en cuenta a las personas que tienen problemas de oído.



7. Reacciones ante emergencias

Durante una emergencia las personas pueden reaccionar de manera muy diferente.

Hay personas que pueden tener reacciones que pongan en peligro a los demás y a sí mismo.

Por ejemplo, una persona que cuando suene la alarma empuje a los demás para salir.

Esto es normal, la mayoría de las personas no están acostumbradas a las emergencias.

Cuando ocurren no todos reaccionan de la mejor manera.

Estas reacciones aumentan el peligro y pueden aumentar las víctimas.

Las personas pueden tener reacciones

que van desde estar tranquilos hasta tener mucho miedo.

Es importante que las personas responsables en una evacuación conozcan las posibles reacciones de las diferentes personas.

De esta manera los responsables estarán más preparados para evitar las reacciones peligrosas.

La sociedad está compuesta por personas muy diferentes, debemos tener en cuenta a todo el mundo.

A continuación, mostramos algunas de las reacciones más frecuentes:

- Autolesiones: como golpearse la cabeza, morderse o arañarse.
- Escapismo: la persona huye sin tener en cuenta el peligro.
- Agresión verbal o física.
- No cumplir las indicaciones en una evacuación.
- Esconderse.
- Bloquearse y paralizarse.
- Tener emociones negativas, por ejemplo, ansiedad.



8. Recomendaciones o buenas prácticas

A continuación, mostramos las recomendaciones de accesibilidad cognitiva que pueden ayudar en los sistemas de emergencia y evacuación.

La accesibilidad cognitiva puede ayudar en:

- ✓ **Mejorar la secuencia o camino de accesibilidad**
Es importante que esta secuencia jamás se rompa.
- ✓ **Orientar en el espacio**
Podemos utilizar elementos para conseguir que la persona se ubique en el edificio y se oriente mejor. Por ejemplo, colocar en puntos importantes la cartelería con el número de planta correspondiente. De esta manera en una evacuación la persona podrá saber en la planta en la que se encuentra.
- ✓ **Organizar los espacios dentro del edificio.**
Dividir los espacios por colores puede ayudar a orientar a las personas. Por ejemplo, en un colegio indicar las aulas con el color amarillo y los despachos con el rosa.
- ✓ **Entender los itinerarios de evacuación.**
La accesibilidad crea itinerarios accesibles que ayudan a que las personas se muevan por el edificio. El itinerario accesible hace que el camino sea entendible y que no te pierdas. Cuanto más sencillo y accesible el itinerario más sencilla será la evacuación.

8. Recomendaciones o buenas prácticas

La accesibilidad cognitiva puede ayudar en:

✓ Entender los elementos de seguridad

Unir la accesibilidad cognitiva con los sistemas de emergencia hará que se entiendan fácilmente los diferentes elementos de emergencia y evacuación.

✓ Plan de autoprotección comprensible

Una de las herramientas fundamentales de la accesibilidad cognitiva es la lectura fácil. La lectura fácil hace que todos los documentos escritos sean entendibles para todas las personas.

Por lo tanto, la accesibilidad cognitiva es una herramienta que ayuda en todos los puntos señalados y que puede ayudar a organizar los espacios con seguridad y ayudar en la evacuación.

9. Conclusión

Las situaciones de emergencia y las evacuaciones de los edificios o espacios pueden ser complicadas.

Actuar correctamente en estas situaciones es muy importante, por eso, la información debe ser sencilla.

En caso de no actuar correctamente pueden darse situaciones peligrosas.

Los sistemas de emergencia y evacuación cuentan con una normativa que ayuda a prevenir y solucionar situaciones de emergencia.

Los sistemas de emergencia y evacuación hacen una gran labor que contempla gran parte de la accesibilidad, pero pueden mejorar gracias a la **accesibilidad cognitiva**.

La accesibilidad cognitiva puede ayudar en los sistemas de emergencias, cuenta con herramientas para que la información sea más fácil y beneficia a todas las personas.

La normativa en emergencias tiene en cuenta los problemas de movilidad y sensoriales, como por ejemplo a personas en silla de ruedas o sordas. Pero no tiene en cuenta a personas con problemas cognitivos, por ejemplo, personas con discapacidad intelectual.

La diversidad de la población en nuestra sociedad es muy amplia, la dificultad cognitiva no se ve tan fácilmente como otras dificultades, pero debe tenerse en cuenta.

Por ejemplo, es más fácil darse cuenta de que a una persona le cuesta andar que darse cuenta de que una persona no entiende lo que lee.

Los sistemas de emergencia y evacuación son muy importantes para toda la población.

Es fundamental que estos sistemas se comprendan.



vía célere