



EL CONCILIO ESTATAL DE DISCAPACIDADES DEL DESARROLLO DE CALIFORNIA

GUÍA EN LENGUAJE SENCILLO DE TIRADOR ACTIVO PARA PERSONAS CON DISCAPACIDADES

Como “¡correr, esconderse, y pelear!”

JULIO 2022



Guía de concientización de tirador activo para personas con discapacidades escrito por El Concilio Estatal de Discapacidades del Desarrollo de California (California State Council on Developmental Disabilities, SCDD por sus siglas en inglés) con adaptaciones de la Oficina de Servicios de Emergencia del Gobernador de California (Cal OES), septiembre del 2016

scdd.ca.gov/wp-content/uploads/sites/33/2016/09/Cal-OES-Active-Shooter-Awareness-Guidance-2016-update.pdf

Y

PowerPoint de orientación de concientización para tiradores activos de la Oficina de Servicios de Emergencia del Gobernador de California (Cal OES), creado para la serie de seminarios web de ADA National Network / FEMA (enero del 2017)

adapresentations.org/doc/1_12_17/LVT%20-%20Active%20Shooter%20-%20Pacific%20ADA%20Center%20webinar-Final.ppt

TABLA DE CONTENIDOS

Introducción	3
¿Qué es un tirador activo?	4
Correr	5
Esconderse	6
Pelear	7
Quando llegue la policía	8
Estar preparado	9
Recursos	11



INTRODUCCIÓN

Las situaciones que involucran a “tiradores activos” se han vuelto en noticias frecuentes en los últimos años. Estas situaciones pueden suceder en cualquier lugar, como en escuelas, mercados, centros comerciales, lugares de adoración, edificios de oficinas, o campos universitarios. Las situaciones de tirador activo son muy aterradoras. Este guía es sobre cómo puede protegerse si alguna vez se encuentra en esta situación.

Está escrito para personas con discapacidades y cualquier persona con acceso limitado y necesidades funcionales.

Usted aprenderá sobre las tres acciones para las que puede prepararse: **CORRER**, **ESCONDERSE** y **PELEAR**. No todos los consejos funcionan para todas las personas. Seleccione los consejos y acciones de este guía que funcionaran para usted para mantenerse más seguro.

¿QUÉ ES UN TIRADOR ACTIVO?

- Un tirador activo es una persona con una pistola que está tratando de matar a muchas personas.
- Por lo general, ocurre en un lugar lleno de mucha gente.
- Es posible que al tirador no le importe a quién le dispara.
- Sucede muy rápido.
- Puede haber muchos gritos, disparos, y sonidos de alarma de incendio.



EN UNA SITUACIÓN DE TIRADOR ACTIVO, HAY TRES OPCIONES QUE PUEDE HACER:



CORRER



ESCÓNDERSE



PELEAR



Hay que hablar de estas opciones, una a la vez.



CORRER

ESTA ES LA MEJOR OPCIÓN, SI ES QUE PUEDE.

- Corra, camine, o use su silla de ruedas para llegar hacia un lugar seguro lo más rápido que pueda.
- Deje sus cosas personales (como carteras o mochilas). Puede recuperarlas después.
- Mantenga las manos en alto si puede. Eso ayuda a la policía a saber que usted no es el tirador.
- Llame al 911 cuando esté a salvo.
- Siga las instrucciones de la policía, los bomberos, u otro personal que esté presente para mantener el orden.

PLANEE ANTES DE TIEMPO PARA CORRER

- ¿A dónde correrá? (Su plan de escape.)
- ¿Por cual puerta saldrá?
- Practique salir rápidamente con las manos en alto si puede.
- ¿Quién le ayudará? Planifique un sistema de compañero.
- Practique ser cargado de manera segura si su silla de ruedas no está cerca.
- Haga un plan para el lugar de trabajo y otros lugares públicos. (Tenga en cuenta dónde están las salidas para el centro comercial, películas, restaurantes, etc.)



ESCÓNDERSE

- Si no puede salir, escóndase en un lugar donde el tirador no pueda verle.
- Cierre la puerta con llave si puede.
- Bloquee la puerta con cosas pesadas como un librero, gabinetes, o una silla.
- Asegúrese de tener suficiente espacio para moverse.
- Ponga los teléfonos celulares en "silencio."
- Apague cualquier otro ruido como computadoras, radios, televisores, y dispositivos de asistencia.
- Cierre las cortinas o persianas; apague las luces si es posible.
- Escóndase debajo o detrás de cosas grandes como gabinetes o escritorios.
- Mantenga la calma y el silencio. (Respire profundamente o use otras ideas de relajación que haya practicado).

PLANEE ANTES DE TIEMPO PARA ESCÓNDERSE

- ¿Dónde se esconderá? (debajo de un escritorio, en un armario, etc.)
- ¿Se puede cerrar la puerta con llave?
- ¿Qué muebles se pueden mover para bloquear la puerta?
- ¿Quién le ayudará?
- Practique abrir y cerrar las cortinas o persianas.
- Practique estrategias de relajación (como respirar, contar, imaginar imágenes agradables, etc.).



PELEAR

SI SU VIDA ESTÁ EN PELIGRO Y NO PUEDE CORRER O ESCONDERSE, ES POSIBLE QUE TENGA QUE PELEAR.

- Use muletas, extintores de incendios, una grapadora, u otras cosas duras para lanzar al tirador.
- Use toda su energía y fuerza.
- Actúe con fuerza. Su vida depende de ello.

PLANEE ANTES DE TIEMPO PARA PELEAR

- ¿Qué tiene que podría lanzar al tirador si tuviera que hacerlo? (Cosas como una muleta, un cuadro de fotos pesado o un jarrón, tijeras, una grapadora, o use su silla de ruedas para lanzarse contra ellos con fuerza, etc.)
- Tome una clase de defensa personal. Esto puede enseñarle formas de pelear para protegerse usando las herramientas que tenga en mano.



CUANDO LLEGA LA POLICÍA

EL PRIMER TRABAJO DE LA POLICÍA ES DETENER AL TIRADOR.

- Siga las instrucciones de la policía.
- Si puede, levante las manos y extienda los dedos.
- No se mueva rápidamente.
- No grite.
- Comprenda que la policía puede gritar o empujar a las personas al suelo por su seguridad.
- No le pida ayuda a la policía a menos que esté herido. Están buscando al tirador o a personas heridas.
- Use un sistema de compañero si lo tiene.
- Dígale a la policía que no lo separe de su Asistente de Cuidado Personal (PCA, por sus siglas en inglés), animal de servicio, equipo o dispositivo de asistencia. Dígales que tiene una discapacidad y qué tipo de ayuda necesita.
- No se vaya hasta que la policía diga que se puede ir. Por lo general, querrán hablar con todos los que estuvieron allí.

ESTAR PREPARADO

Una situación de tirador activo da miedo. Saber con anticipación qué esperar puede ayudarle a controlar el estrés.

Puede haber:

- Alarmas fuertes
- Luces intermitentes
- Agua de aspersores
- Sonidos de disparos
- Gritos
- Sirenas
- Voces hablando en voz muy alta
- Oficiales con uniformes militares
- Humo que limita la visibilidad o lastíma los ojos y la garganta
- Usted puede ser empujado al suelo.

Escuchar y ver estas imágenes y sonidos en videos de YouTube o usando Google puede ayudarle a familiarizarse. De esa manera, es posible que no sean tan aterradores si alguna vez está en peligro real.

Otra parte importante de estar preparado es planificar un sistema de compañeros. Si necesita ayuda, elija a alguien en quien confíe que entienda su discapacidad, cómo comunicarse con usted, y cómo ayudarle. Practique los consejos para correr y esconderse en las páginas anteriores con esa persona.

La mayoría de las personas nunca estarán en una situación de tirador activo. Pero si alguna vez si lo está, es importante que practique con un compañero y siga los consejos en la sección de "Planee Antes de Tiempo" en este folleto, para su mayor seguridad y la mejor oportunidad de salvar su vida.

UNA NOTA FINAL

Después de que termina una situación de tirador activo, muchas personas experimentan sentimientos continuos de miedo, depresión, ansiedad, o trauma. Esto es común, pero puede sentirse abrumador. Aun puede hacer que la vida diaria sea más difícil. Hable con alguien de esto. Obtenga ayuda si es necesario de familiares, amigos, un terapeuta, apoyo espiritual, un coordinador de servicios, u otra persona de confianza. El apoyo y cuidado puede hacer la diferencia.

RECURSOS

Guía de concientización sobre tiradores activos de la Oficina de Servicios de Emergencia del Gobernador de California (Cal OES por sus siglas en inglés) (septiembre del 2016)

scdd.ca.gov/wp-content/uploads/sites/33/2016/09/Cal-OES-Active-Shooter-Awareness-Guidance-2016-update.pdf

PowerPoint de orientación de concientización para tiradores activos de la Oficina de Servicios de Emergencia del Gobernador de California (Cal OES por sus siglas en inglés), creado para la serie de seminarios web de ADA National Network/ FEMA (enero del 2017)

adapresentations.org/doc/1_12_17/LVT%20-%20Active%20Shooter%20-%20Pacific%20ADA%20Center%20webinar-Final.ppt

CA Warm Line – la línea telefónica conocida como California Peer-Run Warm Line, que ofrece apoyo emocional (no de emergencia) y referencias a cualquier persona en el estado que necesite ayuda de salud mental

www.mentalhealthsf.org/peer-run-warmline/

Tarjetita de información de tirador activo del Departamento de Seguridad Nacional

www.dhs.gov/xlibrary/assets/active_shooter_pocket_card.pdf

Folleto del Departamento de Seguridad Nacional de cómo responder al tirador activo

www.dhs.gov/xlibrary/assets/active_shooter_booklet.pdf

Guía de referencia rápida del evento de tirador activo del Departamento de Seguridad Nacional

www.cisa.gov/sites/default/files/publications/active-shooter-pamphlet-2017-508.pdf

Guía de referencia rápida del evento de tirador activo de la Oficina Federal de Investigaciones

www.fbi.gov/file-repository/active-shooter-event-quick-reference-guide_2015.pdf/view

Clases de autodefensa para personas con discapacidades: los listados aquí son solo para información y no implican el respaldo del Concilio Estatal de Discapacidades del Desarrollo:

Póngase a salvo, www.getsafeusa.com
714-834-0050

Paz en vez de la violencia, www.peaceoverviolence.org
213-785-2684

Comuníquese con su oficina regional local de SCDD, el centro de vivienda independiente (ILC, por sus siglas en inglés), o el centro regional.



California State Council on Developmental Disabilities
Oficina Central
3831 North Freeway Blvd. #125
Sacramento, CA 95834

Teléfono: (916) 263-7919
Línea gratuita: (833) 818-9886

scdd.ca.gov