

# **ANEXO 2**

### III. ORIENTACIONES SOBRE DISCAPACIDAD



#### 3.1 LENGUAJE POSITIVO:

La diversidad también se manifiesta en las diferentes formas que los seres humanos emplean para comunicarse; la necesidad de expresar sentimientos, sensaciones e ideas, impulsa la utilización de un lenguaje determinado que permite el intercambio de pensamientos. A través de estos tipos de lenguaje, se emplean expresiones y/o palabras que utilizadas de manera habitual, aportan a la construcción de la realidad.

El uso de expresiones y términos cotidianos referentes a la discapacidad, influyen directamente en la construcción colectiva de las ideas sobre ella. De allí, la necesidad de emplear las palabras adecuadas para referirnos a la discapacidad, sin caer en expresiones discriminatorias u ofensivas.

La Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad de las Naciones Unidas recomienda que el término correcto que debe ser utilizado es el de **“PERSONA CON DISCAPACIDAD”**; el término “persona” permite enfatizar, en primer lugar, que se trata de una persona, y como tal, sujeta a los mismos derechos y dignidad de todo ser humano y luego “con discapacidad”, con lo cual se llama a la reflexión sobre la existencia de condiciones específicas que tienen dichas personas y que requieren atención, reconocimiento y apoyo por parte de la sociedad.

**El lenguaje empleado para referirse a la discapacidad está basado en el respeto; y el lenguaje empleado para comunicarnos con las personas con discapacidad está basado en la tolerancia, la paciencia y la solidaridad.**

A continuación se presentan algunos ejemplos concretos de expresiones correctas e incorrectas sobre discapacidad:

INCORRECTO	CORRECTO
“Solo hay una discapacidad, todos son iguales...”	Existen diversos tipos de discapacidad, con una sola denominación genérica. Sin embargo cada uno de ellos debe ser comprendido de forma particular, especificando sus requerimientos, para cubrir con eficiencia las demandas en los diferentes entornos donde se desarrolla la persona con discapacidad y contribuir al mejoramiento de sus condiciones de vida.
“Hay que darles limosnas”... “Son objeto de caridad del resto de la sociedad”	Es necesario garantizar el cumplimiento de sus derechos y deberes, reconociéndolos como sujetos de derechos y obligaciones, con igualdad de oportunidades en la sociedad.
“Hay que internarlos en una institución especializada”	Es importante crear las condiciones para que construyan un proyecto de vida accesible y autónoma, en el marco de una sociedad incluyente.
“Son incapaces, no pueden”	Pueden, aunque de diferentes maneras y contando con apoyos y/o ayudas técnicas adecuadas. Tienen dificultades específicas que no les permiten realizar con agilidad determinadas actividades de la vida diaria, de acuerdo a su discapacidad.
“Es un problema individual”	La discapacidad es un reto colectivo que implica la aceptación de la diversidad y la generación de un entorno amigable para equiparar las oportunidades.
“Son una carga para la familia y para la sociedad”	Cualquier ser humano sin oportunidades, tenga o no discapacidad, constituye una carga. Si la persona tiene oportunidades puede desarrollar su autonomía e independencia para vivir con dignidad.

Además de las expresiones, es importante señalar términos específicos que por lo general son utilizados para dirigirse hacia las personas con discapacidad. Es primordial identificar las palabras y los términos que habitualmente se dicen pero distorsionan la idea de discapacidad y discriminan a las personas; en consecuencia, deben ser eliminados del lenguaje cotidiano y formal. Asimismo, es necesario identificar las palabras y los términos que se deben decir para referirse de manera adecuada, enmarcada en el respeto y la solidaridad, hacia las personas con discapacidad.

A continuación se exponen ejemplos prácticos de lo que “se dice” y lo que “se debe decir”

INCORRECTO	CORRECTO
Discapacitados, personas especiales, capacidades diferentes o especiales, inválidos, minusválidos, tullidos, rengos, sordomudos, paralíticos, lisiados, patojos, enfermitos, pobrecitos, pcd	Personas con discapacidad
Grupos o sectores vulnerables	Grupos de atención prioritaria
Retrasado, débil mental, mongólicos, discapacitados mentales, inocentes, retardados, subnormales, morón, imbécil, idiota, shunsho	Persona con discapacidad intelectual
Personas normales y personas anormales	Personas con discapacidad y personas sin discapacidad
Sordomudo, mudito	Personas con discapacidad auditiva o persona sorda
Defecto de nacimiento	Discapacidad congénita
Mutilado, muco, cortadito, mocho	Persona con amputación (amputado)

### 3.2 ORIENTACIONES PARA LA ADECUADA RELACIÓN Y ATENCIÓN A PERSONAS CON DISCAPACIDAD:

Dependiendo del tipo de discapacidad, existen algunas sugerencias que ayudan de manera significativa en el momento de relacionarnos con personas con discapacidad.

Señalamos algunas de ellas, que resultarán útiles y muy prácticas dentro de una convivencia caracterizada por la tolerancia y el respeto hacia la diversidad:

## DISCAPACIDAD FÍSICA

### Si usa silla de ruedas

- Hable directamente con la persona, procurando ubicarse a su misma altura.
- Consulte a la persona si requiere su apoyo.

#### Antes de empujar la silla de ruedas:

- Si desconoce el manejo de la silla, pregunte cómo ayudarlo.
- Advierta a la persona que va a comenzar a empujar la silla.

#### Para evitar accidentes

- Verifique que no exista ningún objeto (ropa, carteras, etc.) que puedan quedar atrapadas entre las ruedas.
- Confirme que los pies de la persona se encuentren bien ubicados sobre los apoyapiés de la silla.
- Asegúrese que las manos se encuentren dentro de la silla y no en contacto con las ruedas.



#### Para bajar gradas

- Incline la silla apoyándola sobre sus ruedas traseras para bajarla de frente.
- Asegúrese de contar con dos personas para iniciar el descenso, una de ellas llevará la silla por la parte de atrás, descendiéndola con las ruedas traseras (sin levantarla), y la otra persona irá delante de la silla verificando que no exista dificultades en el descenso y preparada para apoyar en el caso necesario.

#### Para realizar transferencias

- Al transferir desde o hacia la silla con respecto al: vehículo, cama, silla de baño, etc., contar con dos personas, una delante y otra detrás de la silla.
- La persona ubicada detrás de la silla deberá tomar el tronco de la persona abrazándola de atrás hacia adelante por debajo de los brazos; la persona ubicada delante de la silla deberá tomar las piernas de la persona a la altura de los muslos y de manera coordinada y al mismo tiempo deberán levantar a la persona y transferirla.



### Con la silla detenida

- Ubicar la silla en un lugar seguro, evitando los riesgos (cerca de gradas o desniveles).
- Verificar siempre que los frenos estén correctamente bloqueados.

### Si usa muletas o prótesis

#### Al momento de caminar:

- Ajuste su paso al suyo, manteniendo su ritmo al caminar.
- Camine cerca de la persona, verificando que nadie lo empuje.
- Si usa prótesis evite fijar su mirada en ella. Ofrézcale su ayuda si tiene que transportar objetos o paquetes.

#### Al subir o bajar gradas

- Ofrézcale su ayuda, esperando sus indicaciones para servir como punto de apoyo.
- Nunca lo separe de sus muletas.

#### Al sentarse y/o pararse

- Ofrézcale su ayuda en caso de ser necesario.
- Apóyela acercando la silla hacia ella, sosteniendo la silla desde la parte posterior, hasta que se haya sentado y/o levantado.
- Espere sus instrucciones para servirle de apoyo y sostener o no las muletas.

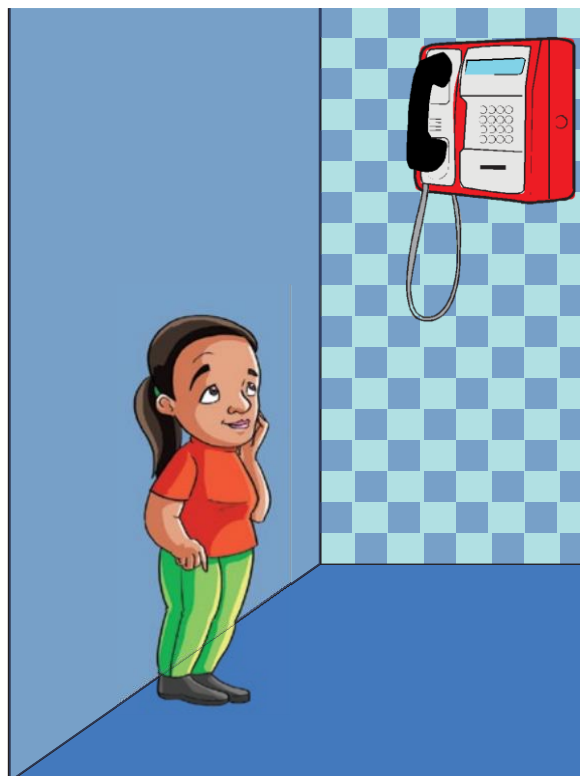
### Si tiene acondroplasia o talla baja ( personas de baja estatura)

- Se debe ubicar teléfonos públicos, cajeros automáticos, conunterns de información ,lavamanos, etc. A una altura adecuada para que las personas de baja estatura puedan acceder a los mismos.
- Se debe tomar en cuenta el servicio de transporte público para las personas de baja estatura.

### Discapacidad Mental

#### Para generar confianza

- Sea amigable.
- Demuestre interés en prestarle atención.



### **Para comunicarse adecuadamente**

- Tómesese el tiempo necesario para escucharle.
- Hable lenta y claramente.
- Evite situaciones que puedan generar violencia, como discusiones o críticas.

### **Para facilitar su participación**

- Trate de comprender su situación y busque facilitar siempre su participación en todas las actividades.
- Identifique las estrategias para relacionarlo con el grupo.



## **DISCAPACIDAD INTELECTUAL**

### **Para generar confianza**

- Actúe con naturalidad y sencillez; sea prudente en manifestaciones excesivas de afecto, poniendo los límites necesarios de manera cordial y respetuosa.
- Compórtese sin recelo ni temor, sin ocasionar situaciones que generen burla.

### **Para atender sus necesidades**

- Utilice un lenguaje sencillo con frases cortas y claras.
- Responda a sus preguntas, asegurándose que haya comprendido.
- Tenga paciencia, sus reacciones suelen ser lentas y puede tardar en comprender lo que usted dice.

### **Para promover su participación**

- Priorice las necesidades de atención, procurando que se desenvuelva por sí mismo en el resto de actividades.
- Facilite y motive su relación con otras personas.

## DISCAPACIDAD SENSORIAL

### VISUAL

- Identifíquese con la persona, que ella sepa con quién se está relacionando.

Para ubicarla en el espacio físico

- Descríbale verbalmente entornos y escenarios, (izquierda, derecha, adelante, atrás, arriba, abajo).
- Utilice las manecillas del reloj para contextualizarle en el entorno (por ejemplo, al momento de comer podría decir algo así: en su plato, la porción de carne está ubicada a las 6, los cubiertos los tiene a las 3, la servilleta está ubicada a las 9).

#### Para desplazarse

- Ofrézcale su ayuda, con mayor razón si usted identifica que existe algún obstáculo.
- Ofrézcale su brazo o su hombro, esperando que ella lo tome del suyo, lo cual direcciona y evita accidentes.
- Camine ligeramente por delante guiando la ruta, de acuerdo a su ritmo.
- Descríbale el camino anticipando obstáculos o posibles dificultades (gradas, cruces de calles, desniveles en el piso, etc.).



### AUDITIVA

- Sea paciente, préstele la debida atención mientras intenta comunicarle algo.
- Mantenga el contacto visual con la persona.
- Hable despacio, con claridad, utilizando palabras sencillas y fáciles de leer en los labios. Las expresiones deben ser cortas y concretas; la estructura gramatical de sus oraciones es diferente, un gesto significa una frase completa.
- Ubíquese delante de la persona para que ella pueda ver claramente su rostro, principalmente sus labios mientras le habla.
- Evite elevar el tono de voz, ya que el sonido se distorsiona y el mensaje se vuelve confuso.



- Utilice el lenguaje corporal y la gesticulación para hacerse entender.
- Verifique que ha comprendido lo que trata de comunicarle o escribir lo que se quiere decir con palabras sencillas y oraciones simples.

## LENGUAJE

- Sea paciente y compórtese con naturalidad.
- Escuche con interés y atención.
- Tenga presente que el ritmo y la pronunciación son distintos a lo acostumbrado.
- Si no entiende lo que expresa, hágase saber para la búsqueda de otras alternativas de comunicación (Ej. escritura).
- Evite alzar la voz y/o gritar.



“Construyamos un mundo  
en el que sea más fácil amar”