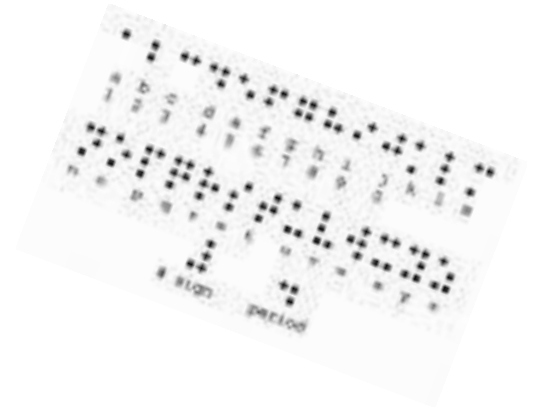
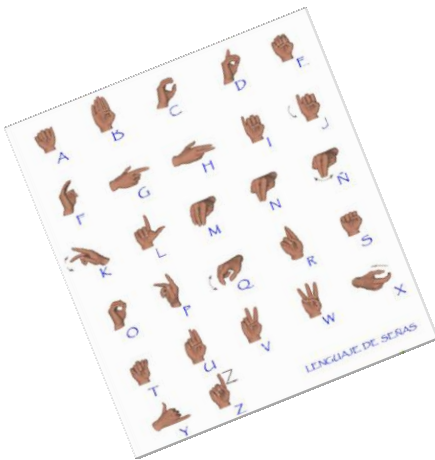




GOBIERNO DE PUERTO RICO

OFICINA DEL PROCURADOR DE LAS PERSONAS CON IMPEDIMENTOS

FORMAS CORRECTAS DE EXPRESIÓN HACIA LAS PERSONAS CON IMPEDIMENTOS



FORMAS CORRECTAS DE EXPRESIÓN HACIA LAS PERSONAS CON IMPEDIMENTOS

Las leyes federales y estatales aseguran que las personas con impedimentos tienen los mismos derechos civiles que las personas “sin impedimentos”. La implantación de la “American With Disabilities Act” (**ADA**), garantiza estos derechos.

Algunos detalles deben cambiar. Entre ellos nombres, actitudes y percepciones hacia las personas con impedimentos para poder lograr esta igualdad. La ignorancia y el discrimen son limitaciones serias que no permiten la integración, productividad e independencia de las personas con impedimentos.

El tomar conciencia es el primer paso para corregir esta injusticia. Si la opinión pública sobre las personas con impedimentos quiere actualizarse, debe aprenderse a utilizar un vocabulario apropiado.

OFICINA DEL PROCURADOR DE LAS PERSONAS CON IMPEDIMENTOS

OFICINA DE EDUCACIÓN Y RELACIONES CON LA COMUNIDAD

GUÍAS PARA HABLAR CON PERSONAS CON IMPEDIMENTOS

1. **No** referirse al impedimento de la persona, a menos que sea relevante.
2. Utilizar la palabra **impedimento** en vez de lisiado para referirse a una persona con impedimentos.
3. Cuando se refiera a una persona con impedimento, utilice el vocabulario adecuado, mencionando primero a la persona y luego su impedimento. (Ej. **Persona con impedimentos, niño con autismo, niña con Síndrome Down**).
4. No se refiera a la persona con impedimento como: **el impedido, el sordo, epiléptico, retardado, cuadripléjico**, etc.
5. No utilice descripciones negativas o sensacionalistas del impedimento de una persona.
6. No exagere al describir una persona con impedimento como: **bravo, valiente, especial o super humano**. Implica que las personas con impedimentos no tienen talentos ni destrezas.
7. No utilice la palabra **normal** para describir a las personas que no tienen impedimentos.
8. **Nunca diga confinado a una silla de ruedas**, las personas que utilizan sillas de ruedas tienen medios para lograr libertad y acceso a las actividades del diario vivir.
9. **Nunca asuma** que una persona con problemas de comunicación como lo son los **problemas del habla, pérdida auditiva y problemas motores**, tienen también problemas cognoscitivos como retardación mental.

VOCABULARIO ADECUADO

Utilizar:	No utilizar jamás:
Persona(s) con impedimento(s)/tiene una limitación/tienen limitaciones	Impedido; inválido; enfermo; víctima; tullido; deformado; defectuoso; minusválido, lisiado
Personas con impedimentos; típicos	Normal; saludable; bien formado
Persona que utiliza una silla de ruedas	Confinado a una silla de ruedas
Impedimento congénito	Defecto al nacer
Tiene perlesía cerebral	Paciente con perlesía cerebral
Tuvo polio/experimentó polio; tiene un impedimento a consecuencia de que padeció de polio	Sufrió de polio; afectado con polio; post-polio (como un nombre al referirse a personas)
Personas que tienen retardación mental (RM); persona con retardación mental	Retardado mental; mentalmente deficiente; retardado, débil de mente
Niño con deficiencia en el desarrollo (DD); persona con problemas en el desarrollo	Bruto, morón, anormal
Persona con Síndrome de Down; persona que sufrió de deficiencia en el cromosoma 21	Una persona Down, mongoloide
Persona con epilepsia; persona que sufre episodios de epilepsia	El epiléptico; los epilépticos
Persona que sufre de problemas mentales; persona con problemas mentales o con un desorden emocional	Enfermo mental; loco, caso mental
Persona con impedimentos visuales	El ciego
Persona con impedimento auditivo; problemas de audición/audio-impedido	El sordo; el sordo-mudo
Problemas del habla y lenguaje; problemas de comunicación	Tartamudo; gago

**OFICINA DEL PROCURADOR DE LAS PERSONAS CON IMPEDIMENTOS
OFICINA DE EDUCACIÓN Y RELACIONES CON LA COMUNIDAD**

**LOS DIEZ MANDAMIENTOS DE LA COMUNICACIÓN
CON LAS PERSONAS CON IMPEDIMENTOS**

1. HÁBLALE DIRECTAMENTE A LA PERSONA, NO A SU ACOMPAÑANTE, UNA TERCERA PERSONA O INTÉRPRETE

Para muchas personas esto resulta en una barrera, pues asumen que las personas con impedimentos o sordas son personas difíciles para acercárseles.

Mantén contacto directo con la persona con problemas de audición, pues eso es parte de su cultura. Mírale a los ojos. El hablarle cara a cara es importante.

Ninguna persona debe ser privada del contacto directo por causa de su impedimento.

Cuando conozcas a una persona con impedimentos, acuérdate siempre que es un ser humano y no un objeto.

2. SIEMPRE QUE TE PRESENTEN A UNA PERSONA CON IMPEDIMENTOS DALE LA MANO AL CONOCERLO Y SALUDARLO

En la cultura oriental es muy importante al conocer o saludar a una persona inclinar la cabeza y el torso. Para nosotros en occidente, nuestra parte del mundo, darnos la mano, conocernos o saludarnos es una cuestión de respeto. Para las personas con impedimentos es lo mismo que para todos, si no los saludas como debe ser se sienten excluidos e ignorados.

Las personas con impedimentos son gente y quieren ser reconocidos como tal, no importa su condición, con un apretón de manos.

3. SIEMPRE QUE HAYA UNA PERSONA CIEGA PRESENTE IDENTIFÍCATE TÚ Y A TUS ACOMPAÑANTES

A las personas ciegas, aunque te conozcan, a veces se les hace difícil reconocer tu tono o metal de voz. Siempre que te encuentres con una persona ciega dile tu nombre y también cuando te vayas despídete.

Si sales a comer con una persona ciega ofrécele tú ayuda por medio de describirle lo que tiene en su plato de comida y cómo están situados los alimentos en el mismo y en el resto de la mesa.

Puedes usar la posición de las manecillas del reloj para indicarle en qué lugar o a qué hora se encuentra. Por mucho que quieras ayudar recuerda que a las personas ciegas les gusta tener su independencia, así que permíteles que se sientan libres de actuar, tomar sus propias decisiones o pedir tu ayuda.

4. SI OFRECES TU AYUDA ESPERA A QUE LA MISMA SEA ACEPTADA, ENTONCES ESCUCHA, ESPERA Y ACTÚA DE ACUERDO A LAS INSTRUCCIONES QUE TE DÉ LA PERSONA CON IMPEDIMENTOS

Todas las personas tienen buenas intenciones al querer ayudar, es como tú prestas tu ayuda lo que hace la diferencia. A las personas con impedimentos les gusta sentirse lo más independiente posible. Si le quitas o limitas esta independencia no los estás ayudando. Ellos están luchando por su independencia y por su igualdad. Ponte en su lugar y entenderás mejor sus sentimientos.

5. TRATA A LOS ADULTOS COMO ADULTOS

Algunas veces las personas con impedimentos son tratadas como si fueran niños o como si fueran personas inmaduras.

Nunca tutees a una persona con impedimentos ni lo llames por su primer nombre, a menos que la persona te dé la confianza.

Nunca le des palmaditas en la espalda a una persona en silla de ruedas ni trates de demostrar tu empatía por medio de conmiserte, no le toques la cabeza ni le pases la mano.

Recuerda, a la persona con impedimentos se le debe tratar como un adulto.

6. NO TE RECUESTES DE LAS SILLAS DE RUEDAS, NI TE APOYE EN EL CARRO MOTORIZADO DE UNA PERSONA CON IMPEDIMENTOS, RECUERDA QUE ESTAS PERSONAS CONSIDERAN ESTOS INSTRUMENTOS COMO EXTENSIONES DE SU CUERPO

Cuando golpeas o tropiezas con una silla de ruedas la persona que la ocupa siente el impacto como si fuera a ella misma. Debes ser considerado y si tropiezas con sillas de ruedas o aditamentos que utilizan las personas para caminar debes disculparte. Mantén tu distancia y no invadas el espacio físico.

Nunca descanses tus pies, brazos u otra parte de tu cuerpo sobre sillas de ruedas o sus llantas.

Todas estas reglas aplican a los animales guías (perros o simios) de las personas con impedimentos. Recuerda que éstos están trabajando. No los distraigas haciéndole caricias o invitándolos a jugar.

Recuerda que las personas con impedimentos merecen y exigen el respeto para ellos y para sus equipos o animales guías.

ESCUCHA ATENTAMENTE CUANDO ESTÉS HABLANDO CON PERSONAS QUE TIENEN PROBLEMAS DEL HABLA O DE COMUNICACIÓN. SIEMPRE ESPERA A QUE ELLOS TERMINEN DE HABLAR

Es muy triste que en el caso de una persona que padezca de Parálisis Cerebral que esté ordenando una pizza por teléfono y le enganchen el teléfono sin tomarle la orden pensando que es una broma o pensaba que estaba borracho.

Sé paciente. Si no entiendes, no pretendas hacerle creer a esta persona que la entiendes. Repite lo que te digan o lo que tú entendiste y permite que la otra persona te responda.

Si es necesario, pregunta en qué forma te pueden contestar con un movimiento de cabeza.

7. SÍTATE AL MISMO NIVEL DE LA PERSONA CON QUE ESTÁS HABLANDO SI ES QUE ELLA ESTÁ EN UNA SILLA DE RUEDAS PARA PODER ESTABLECER CONTACTO VISUAL

A veces no nos damos cuenta de cuánto tiempo tiene que estar la persona en silla de ruedas mirando hacia arriba para poder ver las caras de las personas. Esto les hace presión en el cuello y en la espalda y les resulta incómodo, doloroso o molesto. Bajo estas circunstancias la comunicación resulta difícil e incómoda, mientras que si hacemos contacto visual con ellos es más fácil.

También es importante mantenernos en el campo visual de las personas con impedimentos para que ésta no tenga que estar moviéndose de lado a lado. Es difícil para ellos mover la silla de ruedas y mantener a su interlocutor en su campo visual.

8. PARA HABLAR CON UNA PERSONA SORDA, TÓCALO LIGERAMENTE EN EL HOMBRO O LLAMA SU ATENCIÓN MOVIENDO TU MANO

Es muy importante que cuando te comuniques con una persona sorda o con problemas de audición, para llamar su atención le mires directamente a los ojos, hablar claro, despacio y expresivamente para establecer si la persona puede leer tus labios. De ser así, mantén tu cara hacia la luz, no pongas tus manos en la cara o la boca y no le hables con la boca llena de comida.

Nunca asumas que porque la persona puede oír tu voz o porque usa un aparato o audífono tiene la habilidad de reconocer tu voz. No le grites, pues no ayuda a la comunicación. Es de buenos modales aplaudir a una persona sorda por medio de mover las palmas de las manos en alto como abanicos en vez de dar palmadas. Recuerda que al no oír, lo visual es lo más importante y esto denota respeto a las personas con problemas de audición.

9. RELÁJATE

No te sientas avergonzado si al hablar con una persona con impedimentos usas expresiones comunes que se relacionan con el impedimento de las personas. Ejemplo, si estás con una persona ciega y usas la expresión “Eso lo ve hasta un ciego”. Las personas con impedimentos están conscientes de que esto es simplemente una forma de hablar.

Hay que tomar una actitud más liviana, más relajada. Una actitud sana de aceptación aleja y elimina los temores infundados y hace que la productividad en el trabajo aumente. Si estás nervios@ y consciente de todo lo que vas a decir nunca lograrás una buena comunicación.

Simplemente respeto, esto es lo que se necesita. Tratarlos como individuos con sus habilidades y diferencias como todos los seres humanos.

**OFICINA DEL PROCURADOR DE LAS PERSONAS CON IMPEDIMENTOS
OFICINA DE EDUCACIÓN Y RELACIONES CON LA COMUNIDAD**

RECOMENDACIONES PARA TRATAR A UNA PERSONA CIEGA

1. Cuando te encuentres con un ciego, trátalo como al resto de las personas normales. Nunca le hables como si fuera sordo y no pienses que el mero hecho de tú tener vista y él no, implica que tú sepas más que él. No consideres la ceguera como una aflicción, es solo una limitación física. Nunca expreses pena por un ciego en su presencia, porque tu actitud compasiva lo hará sentirse mal. No vuelvas atrás en tu conversación para utilizar el término “oír” en vez de “ver”. Es deprimente para un ciego el estarle recordando constantemente que no puede ver y que tiene que limitarse a oír. Usa la palabra ciego sin vacilación si surge la necesidad de hablar sobre la ceguera delante de aquellos con este impedimento.
2. No trates de llevar a una persona ciega cuando entre a un carro o suba una escalera. Ella solo necesita que se le coloque la mano en el tirador de la puerta o el pasamano de la escalera. Si quiere sentarse, simplemente colócale la mano en el espaldar de la silla para la posición del mueble, ella se encargará del resto.
3. Cuando vayas a caminar con un ciego ofrécele tu brazo. Es más fácil para él seguirte que ir delante de ti.
4. Anuncia tu presencia al entrar al lugar donde hay una persona ciega, aunque sea diciendo una palabra. Ello ayudará al ciego a identificarte. Si eres una persona extraña, dile quién eres y al retirarte despídete. En reuniones sociales, ten a tu amigo ciego bien orientado dirigiéndole la palabra de vez en cuando y dándole aquella información que consideres necesaria para tenerlo al tanto de lo que está sucediendo a su alrededor. Del mismo modo, cuando te encuentres con un amigo ciego, salúdalo diciéndole tu nombre. No pretendas que te conozca por la voz si solamente te ha oído hablar pocas veces.
5. Dirígete a una persona ciega directamente y no mediante un intermediario. Por ejemplo, no le preguntes al/la espos@ o amig@ si su acompañante ciego le pone azúcar al café. Él tiene la capacidad para contestar esa pregunta.
6. Si le ofrece una bebida, indícale si el vaso tiene agitador o sorbete. Estos objetos pueden causar daño a los ojos si la persona desconoce su existencia.
7. No dé por sentado que toda persona ciega tiene el talento musical. Tampoco reclames “asombroso” o “maravilloso” cuando observes que un ciego dice la hora al tocar el reloj o cuando encienda un cigarro. No hables tampoco de un sentido extraordinario o de la compensación divina cuando te refieras a las habilidades de un ciego. Lo que llamas milagro se debe solamente a la concentración y al adiestramiento paciente y sistemático.

8. Sé siempre natural en tus relaciones con los ciegos. Dale solamente la ayuda que necesita o solicita. Tan perjudicial es al bienestar del individuo no prestarle la ayuda necesaria como dársela en exceso. La norma debe ser darle al ciego aquella ayuda que él necesita para valerse por sí mismo. El sentido común y la sensibilidad de las personas son lo más importante.
9. Cuando vayas a ofrecer ayuda a una persona ciega, sé específico al indicar: “A tu derecha”, “A tu izquierda”, “Al frente”, etc.
10. Evita obstruir el camino en los pasillos, escaleras y entradas, ya seas tú mismo o tus pertenencias (Ej. Bultos).
11. Evita dejar tu carro obstruyendo aceras, entradas de rampas, etc.
12. Procura no dejar puertas entreabiertas para evitarles accidentes.
13. Maneja tu auto a una velocidad moderada para que puedas ceder paso sin dificultad.

Preparado por: Biblioteca Regional Para Ciego y Físicamente Impedidos de Puerto Rico (2/81 revisado MT/85)
Revisado en 1991 por: Asociación de Estudiante No-Videntes, UPR/Recinto de Río Piedras y la Oficina de Servicios Para las Personas con Impedimentos Físicos.

ALFABETO MANUAL EN LENGUAJE DE SEÑAS AMERICANO

