

Guía básica sobre trato con
personas con discapacidad

#reacciona
contra el desconocimiento



fundación



Adecco

TRATO Y DISCAPACIDAD

Lo más importante para saber tratar a una persona con discapacidad es la empatía, es decir, saber ponerse en el lugar de las demás personas.

La empatía, la adaptación y sensibilidad del entorno, el apoyo y la formación, la eliminación de barreras físicas y sociales, es una prioridad para integrar a las personas con discapacidad.

1 Discapacidad Física

Generales:

Antes de ayudar pregunta si necesita ayuda

Comunicación:

a. Si vas a conversar mucho tiempo con una persona con discapacidad física, adaptación a sus dimensiones espaciales y temporales.

b. No fijas la mirada en su discapacidad

c. Orienta a la persona hacia la conversación
d. Dirígete directamente a la persona con discapacidad y no a su acompañante.

Espacio corporal:

a. Las muletas, sillas de ruedas, prótesis y demás productos ortopédicos forman parte del espacio corporal de la persona con discapacidad, no lo invadas si no tienes confianza.

b. No muevas la silla de ruedas, muletas y prótesis sin antes pedir permiso (no son objetos, son parte de las personas)

Desplazamientos:

a. Si ayudas a una persona con discapacidad en su desplazamiento, hazlo con cuidado, presta atención a las personas que caminan por delante.

b. Subir escalones: apoyando las ruedas traseras en el escalón y elevando las delanteras.

c. Bajar escalones: eleva las ruedas delanteras y haz fuerza hacia el escalón con las traseras evitando el impacto.

d. Deja que la persona con discapacidad marque el ritmo

e. Si usa muletas, ayuda a transportar objetos

Laboral:

a. Cuando el trabajador usa silla de ruedas, la empresa requiere de adecuaciones arquitectónicas como rampas de acceso, barras paralelas en pasillos y aseos adaptados.

TRATO Y DISCAPACIDAD

2 Discapacidad Sensorial (Auditiva)

Generales:

a. Una persona sorda no es necesariamente muda por ello no es correcto referirse a ellos como sordomudos

Comunicación:

a. Si quieres dirigirte a una persona sorda que no te estuviera prestando atención, haz un gesto o tócala levemente en el brazo.

b. Habla pronunciando bien las palabras a tu velocidad y tono normal a no ser que te soliciten que lo cambies.

c. No exagere tu pronunciación.

d. Haz uso de la expresión corporal (gestos, expresiones faciales, movimientos corporales,...)

e. Durante la conversación mantén el contacto visual. Desviar la mirada puede interpretarse como final de la conversación.

f. Si no has comprendido, no temas pe-

dir que te lo repita.

g. Si no consiguieras comunicarte utilizando todo esto, utiliza tarjetas. Lo importante es que se produzca la comunicación.

h. Si la persona sorda tiene intérprete, dirígete a ella y no al intérprete.

i. Si notas que tiene dificultad para expresarse, ayúdala mediante preguntas (Sí/No)

j. En grupo: las personas sordas no pueden leer los labios a todos al mismo tiempo por lo que se deberá intentar tener un orden en la conversación o alguien que centralice la conversación de todos (vocalizando).

Lectura labial:

a. Habla directamente a la persona, no desde un lateral o desde atrás, haz que tu boca sea visible.

b. No sostener objetos o poner las manos en tu boca

c. Usar bigote dificulta la lectura labial

d. Evitar oscuridad o contraluces

TRATO Y DISCAPACIDAD

2 Discapacidad Sensorial (Visual)

Generales:

- a. No ayudes sin antes preguntar si necesita ayuda y sin saber cómo debes hacerlo.
- b. No distraigas al perro guía. Está trabajando

Comunicación:

- a. Identifícate y hazle saber que te diriges a ella (puedes tocarle el brazo para enfatizarlo).
- b. Háblale directamente y con el mismo tono de voz que a otra persona.
- c. No te preocupes por utilizar palabras como ver o mirar, ellos las utilizan de forma natural.
- d. Avisa a la persona con discapacidad visual de que te vas.
- e. Indícale aquellos detalles de las personas y del lugar en el que os encontráis. Ellos te lo agradecerán.
- f. Explica aquellos documentos escritos o imágenes que en una determinada circunstancia se utilicen como herramienta de comunicación.

Desplazamientos:

- a. Para ayudarlo a sentarse, únicamente dirige su mano al respaldo de la silla.

- b. Si te acepta como guía, coloca la mano de la persona en tu codo para que vaya acompañando tus movimientos.
- c. Avisa con tiempo la existencia de desniveles, obstáculos, suelos deslizantes...
- d. En espacios por donde sólo pase una persona, colócate por delante con tu brazo hacia atrás para que pueda seguirte.
- e. Para indicar direcciones y distancias se lo más preciso posible.

Sociedad

- a. No excluyas de las actividades sociales o profesionales a las personas con discapacidad visual, deja que ellas decidan cómo quieren o pueden participar.

Laboral

- a. Iluminación: se recomienda luz natural
- b. Mobiliario: muebles de colores con alto contraste, procurando crear guías tanto en el suelo como en las paredes. No cambiar los muebles con frecuencia de lugar y si esto ocurre avisar oportunamente. Las puertas y ventanas deben permanecer totalmente abiertas o cerradas, previo aviso.
- c. En escalones y desniveles: los límites deberán pintarse de color negro o amarillo con marcas rugosas.
- d. Sanitarios: incluir marcas de contraste para ubicar a la persona.
- e. Letreros: usar letras mayúsculas sin adornos (Arial), con un tamaño aproximado e 5 cm. y colocados a una altura no mayor de 1.80 m.

TRATO Y DISCAPACIDAD

3 Discapacidad Psíquica

Generales

- a. Tener contacto ocular y mirada franca, permite a la persona sentirse aceptada y reconocida
- b. Mira a los ojos, piensa y cree en lo que expresas, para que haya consistencia entre actitud y palabra.
- c. Su menor expresividad o apariencia distante, no quiere decir falta de comprensión o entendimiento, sino lentitud de respuesta o estructuración de la frase. En todo caso, habla claro, transmitiendo el mensaje con frases cortas y precisas.
- d. Aunque parezcan tener tendencia a soledad, son contrarias a la misma deseando tener amigos y vida social.

Laboral

- a. Desecha estereotipos, centrándote en la persona con sus características individuales.
- b. Puede que presente un ritmo de trabajo diferente.
- c. Respeta su estilo a la hora de hablar y de comportarse.
- d. Procura ayudarle y orientarle en sus elecciones y tomas de decisión.
- e. Potencia las habilidades y tareas que sean sus puntos fuertes, esto incrementará su seguridad y sus resultados.
- f. Favorezca oportunidades para la interacción y relaciones sociales.

TRATO Y DISCAPACIDAD

4 Discapacidad Intelectual

Generales:

a. Actúa con naturalidad. Si tratas con un niño trátale como a un niño, si es un adolescente trátale como a un adolescente y si tratas con un adulto, trátale como a un adulto.

b. Evita conductas de sobreprotección y déjales que hagan todo lo que puedan.

c. Facilita su relación con las personas

d. Las personas con discapacidad intelectual necesitan más tiempo para entender y aprender las cosas, sin embargo pueden adquirir muchas habilidades intelectuales y sociales. Ten paciencia

e. Las personas con discapacidad intelectual son cariñosas, entra en contacto con ellas y dales confianza.

Laboral:

a. Las personas con discapacidad intelectual aprenden más lentamente pero,

una vez aprendida la tarea la realizan con calidad y productividad.

b. Pueden presentar problemas para comprender y expresar información a través de la palabra hablada o escrita, sobre todo en el lenguaje abstracto. Requieren de indicaciones con lenguaje claro y conciso. Es imprescindible darles a conocer con precisión las normas laborales

c. En ocasiones tienen dificultad para establecer juicios, tomar decisiones y resolver problemas en situaciones nuevas.

d. Con frecuencia afirman haber entendido las instrucciones, aunque no las comprendan del todo, por lo cual es necesario cerciorarse.

e. En cuanto a la comprensión de situaciones sociales sutiles, es necesario explicarles las normas implícitas y especificarles los momentos y la forma como se espera que se comporten.

f. Requieren de apoyo para expresar y defender sus puntos de vista.

g. Pueden ser fácilmente manejables, por lo que pueden imitar a otros o involucrarse en actividades por invitación de otros.

No hay límites

capaces de parar a una persona que lucha por un sueño;
pero existen miles de barreras que se levantan para frenarla:

Cada persona está repleta de posibilidades que la hacen extraordinaria, bella, única. Imprescindible.

1- No consientas **que nadie se crea más que nadie**. Porque no lo es. 2- **Sé valiente** ante la injusticia. Recuerda: la mayor discriminación es la indiferencia. 3- **Ponte en el lugar del otro**, míralo de frente; a la misma altura, sin calificativos o etiquetas. Tienes delante a una persona: sus metas, sus derrotas, sus victorias, la capacidad de no

rendirse. **El miedo, el coraje, la sonrisa.** La lucha por conseguir sus sueños.

4- No señales las debilidades, no insultes con la mirada.

5- **Enfréntate a los prejuicios**, a las palabras que limitan. 6- Quédate con la mejor versión de cada persona. Ayúdala a superarse. 7- Ten siempre presente que las cosas

Hoy **tienes la oportunidad de cambiar la vida de una persona.**

Atrévete. Cámbiala

#reacciona

4 cámaras ocultas, una falsa secretaria, 10 candidatos reales, un experimento social

Pablo Pineda

Joan Pahisa



Escanea este QR
para acceder a la
campana

fundacionadecco.org/reacciona

REACCIONA Y COMPARTE

