



**COCEMFE**

Confederación Española de Personas  
con Discapacidad Física y Orgánica

# Trato adecuado y personas con discapacidad

Área de Desarrollo Educativo y Profesional  
C/ Luis Cabrera, 63 - 28002 Madrid  
educacion@cocemfe.es / www.cocemfe.es  
91 744 36 00

## Trato adecuado y personas con discapacidad

### Identidad

LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD somos seres humanos con familias, trabajos, pasatiempos, preferencias, problemas y alegrías. Si bien la discapacidad es una situación o forma parte de nuestra identidad, de por sí no basta para definirnos. No queremos convertirnos ni en héroes ni en víctimas por nuestra discapacidad. Somos seres humanos únicos. Como tú.

### Trato

Utiliza el término **personas con discapacidad**. Ya que la discapacidad es una condición o situación de **nuestra persona**

Desecha términos inadecuados, que se utilizan de manera generalizada, tales como minusválidos o discapacitados, cuando hables de nosotros/as.

## Trato adecuado y personas con discapacidad

### En general

- No des por sentado que una persona necesita ayuda sólo porque tenga una discapacidad. Si el entorno es accesible, las personas con discapacidad se suelen manejar sin dificultad.
- Las personas con discapacidad saben mejor que nadie lo que pueden o no hacer. No decidas por ellas acerca de su participación en cualquier actividad.
- Ofrece tu ayuda sólo si la persona parece necesitarla. Y si acepta tu ayuda, pregunte cómo ayudar antes de actuar. En caso afirmativo, preguntar cómo se la podríamos prestar.
- Ayudar tampoco significa exagerar; hazlo con naturalidad.
- En general, nuestra primera reacción al observar que una persona presenta una discapacidad, con las limitaciones que ésta conlleva es prestarle nuestra ayuda. De esta manera asociamos la discapacidad a la necesidad de dependencia de otros, cuando lo deseable es que la persona con discapacidad logre la mayor independencia posible.



# Trato adecuado y personas con discapacidad



COCEMFE

## En el caso de las personas con movilidad reducida 1

- Para hablar con una persona que utiliza silla de ruedas, sitúate de frente y a la misma altura (a ser posible sentados). Sino, no te sitúes demasiado cerca para que no fuerce el cuello para mirarle.
- Si desconoces el manejo de la silla de ruedas, pregúntale cómo puedes ayudarle. No empujes ni toques la silla de ruedas (ni los bastones / muletas); es parte de su espacio personal. Si ayudas a alguien a subir o bajar el bordillo sin esperar que te indique cómo hacerlo, puedes hacer caer a la persona.
- En espacios estrechos, hay que prestar especial atención a que manos y pies no choquen contra puertas, paredes...
- Las personas que usan bastones o muletas necesitan los brazos para mantener el equilibrio, por lo tanto, jamás las agarres de los brazos. Adapta siempre tu paso al suyo.
- Las personas con trastornos de movilidad a veces se apoyan en una puerta mientras la abren. Empujar la puerta por detrás de ellos para abrirla o abrirla inesperadamente puede hacerlos caer. Incluso empujar una silla de ruedas o tirar de ella puede constituir un problema. Siempre pregunta antes de ayudar.



# Trato adecuado y personas con discapacidad

En el caso de las personas con movilidad reducida 2

## Si nos encontramos con un escalón...

- Para subirlo, pondremos la silla de frente al escalón de manera que primero subirán las ruedas delanteras y luego las traseras. Nos colocaremos detrás por seguridad.
- Para bajarlo, colocaremos la silla de espaldas al escalón de manera que bajan primero las traseras. Aquí también nos colocaremos detrás por precaución.

## Si nos encontramos con una rampa...

- Para subir, la silla estará de frente a la rampa. Una vez subida, nos cercioraremos de que la silla ha superado por completo la pendiente.
- Para bajarla, la silla irá de espaldas a la rampa de manera que se irá hacia atrás. Una vez abajo, comprobaremos que está bien colocada.

## Si necesita apoyo en la manipulación...

- Dependiendo de la lesión, algunas personas con discapacidad motora pueden encontrar dificultades en la manipulación de determinados objetos o prendas.
- En las situaciones en las que esté llevando a cabo un manejo manipulativo, respetaremos su iniciativa y el ritmo con el que ejecuta la acción, sin interferir en la misma.

## Para baños ...

- Intentaremos tener perfectamente localizada la ubicación de los baños adaptados si existen para poder orientar a quien pueda preguntarnos por ellos. Si la pregunta se produce, describiremos claramente el itinerario a seguir para llegar hasta el que se encuentre más cercano.

(Bailar en silla de ruedas (Minuto 1,49) <https://www.youtube.com/watch?v=AZVLxwfmXvw>)



## Trato adecuado y personas con discapacidad

### En el caso de las personas de talla baja

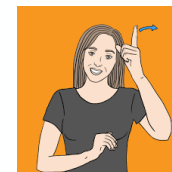
- No prejuzgues la capacidad intelectual de una persona con enanismo por su imagen; habitualmente se infantiliza a la persona de talla baja porque le se asocia con un niño o niña.
- Sabemos que es una de las discapacidades más asociadas a lo lúdico, chistoso y cómico: borra esta idea de tu mente ya que no es ésta la realidad de las personas que presentan hipocrecimiento o "enanismo".
- Aminora la marcha, ya que el tamaño de las piernas de una persona con enanismo podría dar lugar a una longitud de paso inferior al tuyo.



## Trato adecuado y personas con discapacidad

### En el caso de las personas con discapacidad auditiva

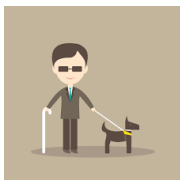
- Dirígete a la persona cuando te esté mirando, evita hacerlo si se encuentra de espalda. No te tapes la boca, mastiques chicle, fumes... Si no te ve, puedes hacer gestos o tocarle suavemente para llamarle la atención
- Si no conoces el lenguaje de signos, habla despacio y claramente, con el rostro bien iluminado. Cuando recurras a un intérprete de lenguaje de signos, mira directamente a la persona sorda y mantén el contacto visual con ella. Habla directamente con la persona (“¿Qué le gustaría?”) en vez de dirigirte al intérprete (“Pregúntele qué le gustaría”).
- Verifica que ha comprendido lo que le tratas de comunicar.
- En caso de mucha dificultad, puedes escribir aquello que quieres decirle.
- Sabías que el término “sordomudo” es incorrecto? Sólo existe una persona sorda o con discapacidad auditiva.



# Trato adecuado y personas con discapacidad

## En el caso de las personas con discapacidad visual

- Identifícate siempre cuando te dirijas a una persona con discapacidad visual. Si hay más personas, preséntaselas. No utilices gestos al hablar.
- Si te ofrece o indica alguna cosa, descríbele de qué se trata y en qué lugar exacto se encuentra. PREGUNTA ANTES SIEMPRE!
- Si la persona precisa de nuestra ayuda, ofrécele el brazo y camina ligeramente por delante.
- Hay que mantener un entorno ordenado, evitando puertas y ventanas entreabiertas, objetos fuera de su sitio, etc... Adviértele de posibles obstáculos que se encuentren a su paso, y dile exactamente donde está.
- No la dejes sola, sin comunicárselo antes.
- Si tiene un perro guía, no lo toques. Está trabajando. Si caminas con la persona, hazlo siempre en el lado opuesto de su perro.





# Trato adecuado y personas con discapacidad

## En el caso de las personas con discapacidad expresiva

- Procura no ponerte nervioso si una persona con dificultad para hablar se dirige a ti.
- Trata de comprender, sabiendo que el ritmo y la pronunciación son distintos a los acostumbrados.
- Presta toda su atención a la persona. No la interrumpas, ni termines las oraciones por ella. Si no comprende bien, no asienta con la cabeza. Simplemente pídele que repita. En la mayoría de los casos, la persona no tendrá objeción y apreciará tu esfuerzo por escuchar lo que tenga que decir.
- Si no está seguro de haber comprendido bien, puede repetir para verificar el mensaje.
- Si utiliza alguna ayuda técnica para comunicarse, no la toques!

(Video tartamudez (Minuto 5,20) <https://www.youtube.com/watch?reload=9&v=qDZb2kvemc8>)





**COCEMFE**

Confederación Española de Personas  
con Discapacidad Física y Orgánica