

Guía básica de comportamiento para contribuir a la inclusión social

Ana Valarezo
03/08/2017

Categorías:

Alumnos, Futuros alumnos, UTPL

La inclusión social es un tema que, hoy por hoy, ha ganado importancia en los asuntos coyunturales de la sociedad para ubicarse entre los primeros lugares de la *agenda setting* de los medios de comunicación, el gobierno, las instituciones públicas o privadas y la comunidad en general. Algunos pueden tildarlo de moda; pero moda o no, **es importante que temas como la igualdad, el ecologismo, la protección de los animales y la no violencia, se tomen el escenario y muevan a la sociedad para actuar bajo estándares que permitan su consecución.**

La **inclusión social** se entiende como el **proceso de mejorar las condiciones de las personas y los grupos minoritarios para que formen parte de la sociedad**, mejorando sus oportunidades y dignidad humana. En este sentido, la Organización de las Naciones Unidas (ONU), por ejemplo, planteó como meta los [17 Objetivos de Desarrollo Sostenible \(ODS\)](#) [1] que buscan erradicar la pobreza, proteger el planeta y ayudar a los países a promover su crecimiento sostenible e inclusivo.

Si bien las ONG aportan con su accionar a este sentir común, las **instituciones de educación -como núcleo de la formación- deben también asumir su rol transformador** para modificar comportamientos que consoliden **una sociedad que contempla a la discapacidad como un elemento que, desde la diversidad, enriquece al conjunto social.**

Con esta premisa en la mente, los valores que se conjugan en el corazón y el ánimo de ser personas que sirvan al entorno en el que nos desarrollamos, tenemos la firme intención de ser mejores, romper la desigualdad y generar el cambio que anhelamos ver. Pero, **¿cómo contribuimos a la inclusión social si no sabemos cómo actuar con igualdad frente a la diversidad de personas que nos rodean?**

A continuación te presentamos una **guía con los aspectos fundamentales a tener en cuenta para comportarte de forma adecuada frente a una persona con discapacidad**, sugeridos por el Consejo Nacional para la Igualdad de Discapacidades (CONADIS).

¿CÓMO ACTUAR FRENTE A PERSONAS CON DISCAPACIDAD?



DISCAPACIDAD FÍSICA

- Ofréceles tu ayuda esperando sus indicaciones.
- Si usan silla de ruedas, háblales directamente ubicándote a su misma altura.
- Si usan muletas, ajusta tu paso a su ritmo.

DISCAPACIDAD MENTAL



- Sé amigable.
- Tómate el tiempo necesario para escucharlas.
- Identifica estrategias para relacionarlas con un grupo.

DISCAPACIDAD INTELECTUAL



- Actúa sin recelo ni temor.
- Utiliza un lenguaje sencillo con frases cortas y claras.
- Facilita y motiva su relación con los demás.

DISCAPACIDAD SENSORIAL



• Visual •

Camina ligeramente por delante de ellas, guiando la ruta de acuerdo a su ritmo.



• Auditiva •

Utiliza tu lenguaje corporal y gesticulación para hacerte entender.



• Lenguaje •

Escucha con interés y atención, recordando que el ritmo y pronunciación son distintos.

Fuente: CONADIS

UTPL

[2]

Discapacidad física

1. Si usa silla de ruedas:

- Habla directamente con la persona, procurando ubicarte a su misma altura.
- Consulta a la persona si requiere tu apoyo.
- **Antes de empujar la silla de ruedas:**
 - Consulta a la persona cómo debes ayudarla.
 - Cuéntale a la persona que vas a comenzar a empujar su silla.
- **Para evitar accidentes:**
 - Revisa que no exista ningún tipo de objeto que pueda quedar atrapado entre las ruedas de la silla.
 - Verifica que los pies de la persona se encuentren bien ubicados sobre los apoyapiés de la silla.
 - Asegúrate de que las manos de la persona se encuentren dentro de la silla y no en contacto con las ruedas.
- **Para bajar gradas:**
 - Inclina la silla apoyándola sobre sus ruedas traseras para bajarla de frente.
 - Asegúrate de contar con dos personas para iniciar el descenso: una llevará la silla por la parte de atrás, descendiendo con las ruedas traseras, y otra irá delante de la silla verificando que no exista dificultades y preparada para apoyar en caso de ser necesario.
- **Con la silla detenida:**
 - Ubica la silla en un lugar seguro, evitando riesgos (cerca de gradas o desniveles).
 - Verifica siempre que los frenos estén correctamente bloqueados.

2. Si usa muletas, prótesis o presenta alguna dificultad en su caminar:

- Ajusta tu paso al de la persona, manteniendo su ritmo al caminar.
- Camina cerca de la persona, verificando que nadie la empuje.
- Ofrece tu ayuda si tiene que transportar objetos o paquetes.
- **Al subir o bajar gradas:**
 - Ofrece tu ayuda a la persona, esperando sus indicaciones para servir como punto de apoyo.
 - Nunca la separes de sus muletas.
 - Asegúrate de que pueda tener un punto de apoyo externo.
- **Al sentarse o pararse:**
 - Ofrece tu ayuda a la persona, en caso de ser necesario.
 - Apoya a la persona acercando la silla hacia ella, sosteniéndola desde la parte posterior, hasta que se haya sentado o levantado.
 - Espera sus instrucciones para servirle de apoyo y sostener o no las muletas.

Discapacidad mental

- **Para generar confianza:**
 - Sé amigable.
 - Demuestra interés en prestarle atención a la persona.
- **Para comunicarse adecuadamente:**
 - Tómase el tiempo necesario para escuchar a la persona.
 - Habla lento y claro.
 - Evita situaciones que puedan generar discusiones o críticas.

- **Para facilitar su participación:**
 - Trata de comprender la situación de la persona y facilita su participación en todas las actividades.
 - Identifica estrategias para relacionar a la persona con el grupo.

Discapacidad intelectual

- **Para generar confianza:**
 - Actúa con naturalidad y sencillez.
 - Sé prudente en manifestaciones excesivas de afecto, poniendo límites necesarios de manera cordial y respetuosa.
 - Comportate sin recelo ni temor, sin ocasionar situaciones que generen burla.
- **Para atender sus necesidades:**
 - Utiliza un lenguaje sencillo con frases cortas y claras.
 - Responde a sus preguntas, asegurándote de que haya comprendido.
 - Ten paciencia; sus reacciones suelen ser lentas y puede tardar en comprender lo que dices.
- **Para promover su participación:**
 - Prioriza las necesidades de atención, procurando que se desenvuelva por sí misma en el resto de actividades.
 - Facilita y motiva su relación con otras personas.

Discapacidad sensorial

1. Visual

- Identifícate con la persona para que ella conozca con quien se está comunicando.
- **Para ubicarla en el espacio físico:**
 - Describe verbalmente los entornos y escenarios. (Utiliza ubicaciones: izquierda, derecha, delante, atrás, arriba, abajo, etc.).
- **Para desplazarse:**
 - Ofrécele tu ayuda, con mayor razón si identificas que existe algún obstáculo.
 - Ofrécele tu brazo u hombro, esperando que ella lo tome para direccionarla y evitar accidentes.
 - Camina ligeramente por delante de la persona, guiando la ruta, de acuerdo a su ritmo.
 - Describe el camino anticipando obstáculos o posibles dificultades: gradas, cruces de calles, desniveles, etc.

2. Auditiva

- Sé paciente y presta atención a la persona mientras intenta comunicarte algo.
- Mantén contacto visual con la persona.
- Habla despacio, con claridad, utilizando palabras sencillas y fáciles de leer en los labios. Estas expresiones deben ser cortas y concretas; la estructura gramatical de sus oraciones es diferente, un gesto significa una frase completa.
- Ubícate delante de la persona para que ella pueda ver tu rostro con claridad, principalmente

tus labios mientras hablas.

- Evita elevar el tono de voz, ya que el sonido se distorsiona y el mensaje se vuelve confuso.
- Utiliza el lenguaje corporal y la gesticulación para hacerte entender.
- Verifica que la persona ha comprendido lo que tratas de comunicarle. Puedes escribir lo que quieres decir con palabras sencillas y oraciones simples.

3. Lenguaje

- Sé paciente y compórtate con naturalidad.
- Escucha con interés y atención.
- Ten presente que el ritmo y la pronunciación son distintos a lo acostumbrado.
- Si no entiendes lo que la persona te comunica, hazle saber para buscar otra alternativa de comunicación.
- Evita alzar la voz o gritar.

Lograr la inclusión de las personas con discapacidad implica la superación de una serie de barreras en materia de acceso y permanencia, pero el primer paso **es ayudar con nuestro comportamiento a su integración**, desvaneciendo entonces el paradigma de una 'limitación' por la correcta comprensión de la diversidad de potencialidades en el haber de cada persona.

¡Únete a este objetivo común! ¿Qué opinas?

Recuerda que puedes profundizar sobre este tema en el **IV Congreso Nacional de Discapacidad** que tendrá lugar del 29 al 31 de agosto en la Universidad Técnica Particular de Loja (UTPL). [Conoce más sobre este evento aquí](#) [3].

Source URL: <https://noticias.utpl.edu.ec/guia-basica-de-comportamiento-para-contribuir-a-la-inclusion-social>

Links

- [1] <http://www.un.org/sustainabledevelopment/es/objetivos-de-desarrollo-sostenible/>
[2] https://noticias.utpl.edu.ec/sites/default/files/imagenes_editor/infografia-inclusion-personas-con-discapacidad-utpl.png
[3] <https://eventos.utpl.edu.ec/congreso-discapacidad>