

Cómo tratar a una Persona con Discapacidad

1. Recuerda que una persona con discapacidad tiene los mismos derechos y obligaciones que las demás
2. Si no sabes qué hacer o qué decir, deja que la persona con discapacidad te lo indique
3. Reacciona con naturalidad, es decir, evita la sobreprotección, mirarlos con miedo, curiosidad y/o lástima; en lugar de eso míralos de frente y a los ojos
4. Las personas con discapacidad pueden y quieren tomar sus propias decisiones y asumir la responsabilidad de sus actos
5. Ofrece asistencia si te la piden o si es claramente evidente que la necesita. Pero no te sobrepases y menos aún insistas en ofrecer un servicio que no te han pedido
6. Cuando quieras alguna información de una persona con discapacidad, dirígete directamente a ella y no a sus acompañantes o intérpretes

Cómo tratar a una persona ciega o con baja visión

- Identifícate antes de tener un contacto físico
- Si tiene problemas para caminar, ofrece tu brazo, no lo tomes del suyo
- Camina ligeramente por delante
- Utiliza frases como: izquierda, derecha, adelante, atrás
- Si es necesario, toma su mano y hazle palpar el objeto
- Describe verbalmente los escenarios, por ejemplo alguna grieta en la acera, puertas, objetos que sobresalgan de una pared a la altura de la cabeza como una planta o una lámpara
- Procura no utilizar la palabra ¡Cuidado!, ya que no indica a las personas ciegas si deben detenerse, correr, agacharse o saltar
- No dejes sola a la persona con discapacidad visual sin advertírselo antes
- Cuida que no haya obstáculos por su camino
- Si la persona tiene un perro guía, camina del lado opuesto al del perro
- No toques el bastón ni acaricies al perro guía, el perro está trabajando y debe concentrarse



Paseo de la Reforma No. 450 6o piso, Col. Juárez. Delegación Cuauhtémoc, México, D.F. C.P. 06600.

Tel: (55) 5514 5321, 5514 5983 y 5511 2519.

Cómo tratar a una persona con discapacidad intelectual



- Las personas con discapacidad intelectual pueden tener limitaciones en la comunicación; utilizar un lenguaje sencillo y claro, instrucciones cortas y ejemplos son de gran utilidad
- No es necesario que levantes la voz
- A las personas con discapacidad intelectual les puede costar más trabajo entender, la mejor forma de ayudar es siendo amable y utilizando un lenguaje concreto
- Los tiempos de las personas con discapacidad intelectual son distintos, aprende a respetarlos
- Siempre y en primer lugar hay que preguntar a la persona con discapacidad intelectual lo que desea
- Trátalas de acuerdo a su edad cronológica; es decir, no le hables de forma infantil
- Asegúrate que ha comprendido lo que se le quiso decir
- Limita la ayuda a lo necesario, procurando así que la persona con discapacidad intelectual se desenvuelva sola en el resto de las actividades
- Las personas con discapacidad intelectual dependen de la rutina para desenvolverse en las actividades cotidianas, un cambio en el entorno puede requerir una atención y periodo de adaptación específicos

Cómo tratar a una persona con discapacidad motriz

- Al conversar por mucho tiempo con una persona que usa silla de ruedas, recuerda sentarte para que tú y ella queden con los ojos al mismo nivel
- Nunca muevas la silla de ruedas u otro elemento de apoyo sin antes pedir permiso a la persona
- Cuando empujes a una persona sentada en una silla de ruedas y pares para conversar con alguien, acuérdate de girar la silla de frente para que la persona también pueda participar de la conversación
- Evita las rutas que tengan más de un escalón, no es digno cargar a una persona en silla de ruedas por una escalera, además de que tanto ella como las personas que se ofrezcan a ayudarla pueden lastimarse
- Si acompañas a una persona con discapacidad que camina despacio, con auxilio o no de aparatos y bastones, procura ir al ritmo de ella
- Si presencias una caída de una persona con discapacidad, ofrece ayuda inmediatamente. Pero nunca ayudes sin preguntar cómo debes hacerlo
- Una persona con parálisis cerebral puede tener dificultades para caminar, puede hacer movimientos involuntarios con piernas y brazos y puede presentar expresiones específicas en el rostro. No te intimides con esto, actúa naturalmente



Paseo de la Reforma No. 450 6o piso, Col. Juárez. Delegación Cuauhtémoc,
México, D.F. C.P. 06600.
Tel: (55) 5514 5321, 5514 5983 y 5511 2519.

www.gobiernofederal.gob.mx
www.salud.gob.mx

Twitter: @CONADISMX

Facebook: Conadis México

www.conadis.salud.gob.mx



Vivir Mejor

- Trata a la persona de acuerdo con su edad cronológica
- Es muy importante respetar el ritmo de la persona con parálisis cerebral, normalmente es más lenta en lo que hace, como hablar, andar, tomar las cosas

Cómo tratar a una persona con hipoacusia o sorda

- Cuando quieras dirigirte a una persona con hipoacusia, si ella no te está prestando atención, tócala levemente en el hombro
- Cuando estés conversando cerca de una persona con hipoacusia, habla de manera clara pronunciando bien las palabras, no de manera exagerada y a un ritmo normal, a no ser que te pida que lo hagas más lento y fuerte
- Habla directamente con la persona, no al lado o atrás de ella
- Haz que tu boca sea bien visible. No hagas ademanes o te tapes la boca, esto imposibilita la lectura labial
- Mientras estés conversando, mantén siempre el contacto visual. Si desvías la vista, la persona puede pensar que la conversación terminó
- En el caso de una persona sorda, si fuera necesario comunícate a través de lenguaje no verbal. Lo importante es comunicarse. Sin embargo será mejor si puedes hacer uso de un intérprete de Lengua de Señas Mexicana (LSM)
- Cuando la persona sorda esté acompañada de un intérprete de LSM, dirígete a la persona sorda y no al intérprete
- Sé expresivo al hablar. Como las personas sordas no pueden oír cambios en el tono de la voz que indican sentimientos de alegría, tristeza, sarcasmo o seriedad, las expresiones faciales, los gestos y los movimientos de tu cuerpo serán excelentes indicaciones de lo que quieres decir



Paseo de la Reforma No. 450 6o piso, Col. Juárez. Delegación Cuauhtémoc,
México, D.F. C.P. 06600.
Tel: (55) 5514 5321, 5514 5983 y 5511 2519.

www.gobiernofederal.gob.mx
www.salud.gob.mx

Twitter: @CONADISMX

Facebook: Conadis México

www.conadis.salud.gob.mx



Vivir Mejor