



GUÍA BÁSICA DE USO: SISTEMAS ALTERNATIVOS Y AUMENTATIVOS DE COMUNICACIÓN



2ª edición

Creado por: Marina Zárate Olivieri-Sangiaco



Institución CONFE I.A.P. es una organización que busca la calidad de vida e inclusión plena de las personas con discapacidad intelectual y sus familias. Implementa las mejores prácticas de atención que faciliten la autonomía, empoderamiento, independencia y goce de todos los derechos, considerando de forma central, lo que es importante para las propias personas y los apoyos que necesitan para lograr su plan de vida e inclusión social plena.

Sin duda, poder comunicarse y expresar necesidades, pensamientos, sentimientos y emociones, es fundamental en la calidad de vida e inclusión social de todo ser humano, a veces, hasta para solucionar cuestiones elementales como hambre, sed, pedir ayuda, abrigo, etc.

Algunas personas con discapacidad intelectual no cuentan con lenguaje verbal, sin embargo, los sistemas aumentativos y alternativos de comunicación brindan un excelente apoyo para que puedan comunicarse de formas distintas, por ejemplo a través de pictogramas, lengua de señas, aplicaciones, tecnología, etc.

Para ello, CONFE, preocupado por prestar los apoyos necesarios para que cada persona goce de sus derechos, tenga las mismas oportunidades que todos y disfrute de una vida plena, pone a disposición esta guía básica de sistemas alternativos y aumentativos de comunicación.

Agradecemos a la LTCH Marina Zárata Olivieri-Sangiaco por el desarrollo de esta guía, para CONFE.

Introducción

Según la Asociación de Habla, Lenguaje y Audición de Estados Unidos:

Los Sistemas Alternativos y Aumentativos de la Comunicación también se llaman SAAC.

Los SAAC son formas de comunicarnos.

Sirven para expresar:

pensamientos,
necesidades,
deseos y emociones.

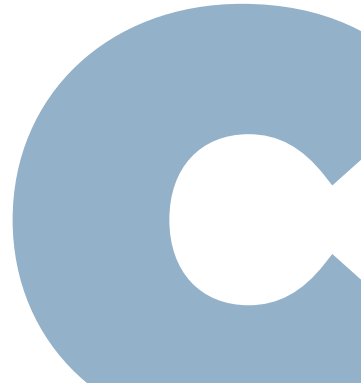
Los SAAC tienen un objetivo:

Ayudar a las personas
que tienen dificultades
para comunicarse.

Los SAAC ayudan a:
aumentar la comunicación
y compensar esas dificultades.

Nuestro objetivo
como familias y profesionales
es entender algo importante:
Hay muchas formas de comunicarse.
Debemos aceptar
la forma de comunicación
que funciona mejor para cada persona.

Así evitamos excluir
o discriminar
a quien no habla como la mayoría.



RELEVANCIA DE PODER COMUNICAR

La comunicación me ayuda a vivir mejor porque:

Puedo decir qué necesito, qué siento y qué pienso.

Puedo convivir con otras personas

Puedo tener amigos, pareja y relaciones sanas.

Puedo conocerme mejor.

Puedo saber quién soy y que otras personas me conozcan.

Puedo conocer el mundo.

Puedo aprender cosas nuevas, oficios y habilidades.

Puedo ser independiente en mi vida diaria.

Cuando no puedo comunicarme:

No puedo decir si algo me duele.
No puedo decir si algo no me gusta.
No puedo decir si alguien me trata mal.

No tengo amigos o tengo muy pocos.

Pocas personas me escuchan y casi nadie me entiende.

Las personas no me conocen bien.

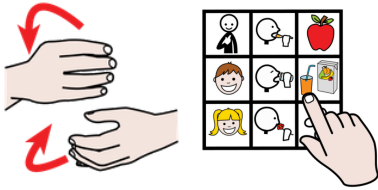
No puedo dar mi opinión.
Salgo poco de mi casa.
Conozco pocos lugares.
Necesito ayuda para hacerme entender.

Siento enojo, tristeza y frustración.
A veces, estos sentimientos se vuelven: ansiedad o depresión.

Tipos de COMUNICACIÓN

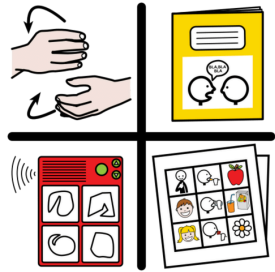
Sistemas alternativos

Sustituyen el habla.
Se usan cuando la persona no puede hablar, como las señas o un tablero de comunicación.



Sistemas aumentativos

Apoyan el habla.
Se usan junto con la voz para mejorar la comunicación.



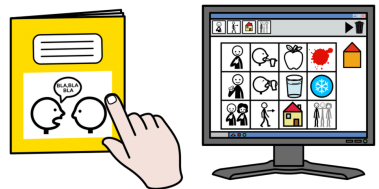
Comunicación sin ayuda

No necesita objetos ni dispositivos.
Se usa el cuerpo.
Por ejemplo: gestos, señas, expresiones de la cara.



Comunicación con ayuda

Sí necesita objetos o dispositivos.
Por ejemplo: imágenes, tableros de comunicación, libros de pictogramas, aplicaciones en celular o tablet.



Formas de COMUNICACIÓN

Existen muchas formas de comunicarse.
Estas son algunas de las más comunes:

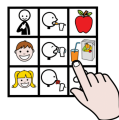
Lengua de señas

Se comunica con las manos
y el cuerpo.
Usa señas
y expresiones
de la cara.



Tablero de comunicación

Es un tablero
con imágenes, palabras
o símbolos.
La persona señala
lo que quiere decir.



Llavero de comunicación

Es un conjunto de tarjetas
con pictogramas unidas
con un aro.
La persona elige
la tarjeta
para comunicarse.



Aplicaciones

Son programas
en celular o tablet.
Tienen imágenes,
palabras y voz.
La persona toca la pantalla
para comunicarse.



Leer y escribir

Se usan palabras escritas.
La persona puede leer
o escribir
para comunicarse.



Hablar

Es comunicarse
con la voz.
A veces
se usa junto con apoyos
para entender mejor.



Todas estas formas son válidas.
Cada persona usa la que le funciona mejor.

PICTOGRAMAS

¿Qué son los pictogramas?

Los pictogramas son imágenes simples. Representan palabras, objetos o acciones.

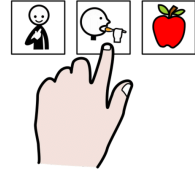
Los pictogramas sirven para comunicarse. Ayudan a expresar: necesidades, ideas y emociones.

Los pictogramas se usan en: tableros de comunicación, llaveros de comunicación, aplicaciones y rutinas visuales.

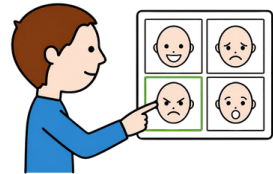
Son útiles para personas que tienen dificultades para hablar o para entender el lenguaje.

Los pictogramas son claros y fáciles de reconocer. Por eso ayudan a comunicarse de forma más sencilla.

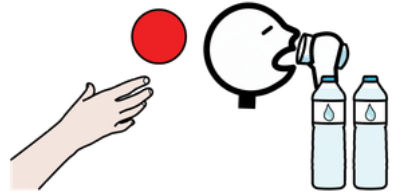
Ejemplos



Señalar lo que quiere
“manzana”



Señalar lo que siente
“enojado”



Crear frases
“Quiero agua”



Desarrollar un sistema
lingüístico completo

Errores más COMÚNES



- Usar los pictogramas solo para preguntar, no usarlos para comentar o platicar.
- Esperar que la persona los use sin enseñarle.
- No usar los pictogramas como adulto, quedarnos en un nivel muy básico.
- La persona necesita ver cómo se usan, modelar y que toda la familia o profesionales los usen.
- Dar muchas opciones al mismo tiempo para no condicionar su respuesta.
- Quitar el sistema porque “no lo usa” en lugar de analizar porqué no está funcionando.
- Aprender toma tiempo, desesperarse es un riesgo.
- Hablar por la persona todo el tiempo o fuera de casa.
- No darle oportunidad o tiempo de responder.
- No esperar a que respondan.
- La persona necesita tiempo para entender y responder.
- Usarlos solo en la terapia o en la casa.No usarlos en la vida diaria.
- Cambiar de método muy rápido. Es mejor ser constante.
- Pensar que usar SAAC evita que hable. Está comprobado que no retrasa la adquisición del habla.



PICTOGRAMAS

¿Cómo empezar a usar los pictogramas?

Paso 1:

Consigue pictogramas.

Puedes comprarlos o hacerlos tú.

Puedes imprimirlos y plastificarlos para que duren más.

Ten muchas tarjetas con palabras básicas.

Por ejemplo:

comida, ropa, lugares, objetos y personas.

Clasifícalas y guárdalas

en una carpeta, un cuaderno, llaveros

o crea listas de vocabulario

en aplicaciones en tu celular o tablet.

Siempre empieza con pictogramas de objetos o

actividades que llamen la atención de la persona.

Cuaderno de comunicación



Tablero de comunicación



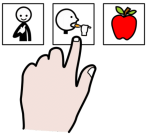
Carpeta de comunicación



Llavero de comunicación



Aplicaciones en teléfono o tablet



PICTOGRAMAS

¿Cómo empezar a usar los pictogramas?

Paso 2:

Señalar o dar pictogramas.

Empieza de forma sencilla.

Ofrece pocas opciones.

Por ejemplo:

dos o tres tarjetas.

La persona elige señalando.

Después,
usa los pictogramas
para comunicarse con otras personas.

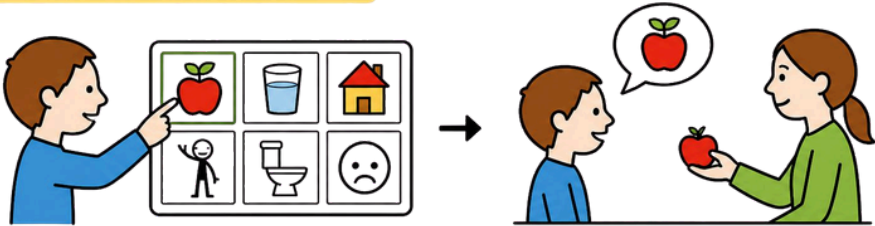
Por ejemplo:

decir “hola”,

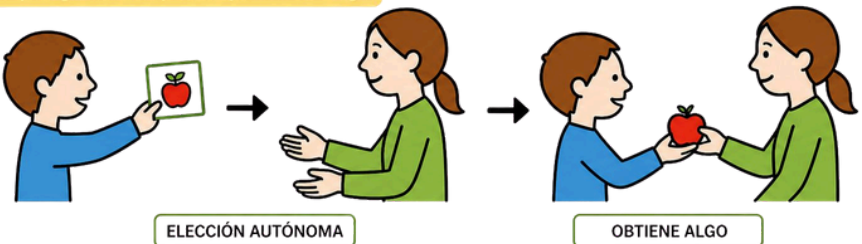
pedir comida,

decir “quiero ir al baño”.

1. SEÑALAR: la persona elige señalando



2. DAR: de forma autónoma, le da el pictograma a una persona para obtener algo





PICTOGRAMAS

¿Cómo empezar a usar los pictogramas?

Paso 3:

Crear frases.

Después,

usa las tarjetas

para hacer frases.

Empieza con frases cortas.

Poco a poco,

haz frases más largas.

Esto ayuda a:

organizar el lenguaje

y aprender ideas más complejas.

También ayuda

al desarrollo del cerebro.

ARTÍCULOS + SUSTANTIVOS				VERBOS		
el 	la 	los 	las 	comer 	beber 	dormir
niño 	niña 	perro 	gato 	jugar 	leer 	escribir
casa 	coche 	pelota 	libro 	correr 	caminar 	saltar
manzana 	vaso 	zapato 	silla 	abrir 	cerrar 	dar
mesa 	pájaro 	planta 	lápiz 	tener 	querer 	ir

el perro comer casa jugar leer manzana correr

PICTOGRAMAS

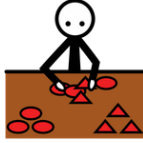
Otras actividades para aprender palabras

Clasificar:

Agrupa objetos por categorías.

Por ejemplo:

comida,
ropa,
juguetes.



Describir:

Habla sobre un objeto.

Por ejemplo:

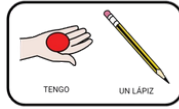
color,
tamaño,
para qué sirve.



Nombrar:

Muestra un objeto y di su nombre.

Después,
la persona lo repite o lo señala.



Completar la frase:

Empieza una frase.

La persona la termina.

Por ejemplo:

“Quiero comer...”

En restaurantes,
tiendas.



Las actividades se pueden adaptar según cómo se comunica cada persona.
Por ejemplo: si habla, si habla poco o si no habla.

Los pictogramas se usan primero en sesiones de terapia o en casa, pero es importante usarlos en **TODOS** los contextos de la persona.

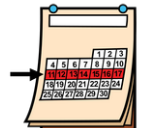


Empieza con los familiares y amigos.

Luego úsalos en tiendas, restaurantes y servicios de la comunidad.



La comunicación es en TODOS LADOS y TODOS LOS DÍAS.



Agenda VISUAL

¿Qué es una agenda visual?

Una agenda visual es una herramienta con imágenes. Ayuda a organizar el día.

¿Para qué sirve?

Ayuda a: organizar el tiempo y las actividades, sentir tranquilidad y seguridad, disminuir la frustración, seguir rutinas, comunicarse con otras personas y saber qué va a pasar.

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Pasos en el uso de pictogramas y agendas visuales:

ELEGIR → PEDIR → CREAR FRASES

Agenda VISUAL

¿Cómo usarla?

Paso 1

Elige materiales.

Por ejemplo:

cartulina,

hojas

o tela.

Coloca velcro

en la base

y en los pictogramas.

Paso 2

Ordena las actividades
del día.

Usa pictogramas

para cada actividad.

Paso 3

Cuando una actividad termina,
quita el pictograma.

Así se entiende

que ya terminó.

Después,

señala la siguiente actividad.

También puedes hacerla en un
celular o tablet.



Aplicaciones DE COMUNICACIÓN

Existen aplicaciones gratuitas.
Se pueden usar en celular o tablet.
Estas aplicaciones
tienen pictogramas y voz.

Puedes probar varias aplicaciones.
Así encuentras
la que mejor funciona
para cada persona.

Las aplicaciones
se pueden personalizar.
Puedes crear listas con pictogramas
de uso diario y ponerles fotos reales.

Sigue las instrucciones
de cada aplicación.
Cada una funciona de forma diferente.

La persona elige
los pictogramas que quiere usar.
Puede elegir:
palabras o frases.
La aplicación
las convierte en voz.

Así puede:
pedir comida en un restaurante,
preguntar direcciones,
comprar en una tienda,
decidir qué hacer o a dónde ir.
La otra persona
puede escuchar
y entender mejor.



Puedes empezar
con estas:
Symbotalk
Dictapicto
CPA 3.0
PictoTEA
TalkUp
AgendaTEA
PictogramAgenda
Pictosonidos
Niki Talk
SearchonAraSaac



Lengua de Señas

MEXICANA

La Lengua de Señas Mexicana es una forma de comunicación con las manos y el cuerpo.

La LSM puede usarse cuando hablar es difícil.

Por ejemplo:

en personas con discapacidad auditiva, autismo o discapacidad intelectual.

La familia y las personas cercanas también pueden aprenderla.

La LSM ayuda a: comunicarse mejor, expresar necesidades y emociones, entender a otras personas.

También ayuda a tener más oportunidades en la vida diaria.

Puedes aprender LSM: en escuelas, en internet, con cursos básicos, con aplicaciones, o en videos como cuentos y canciones.

Aplicaciones:

InterSeña

Dilo en señas

Dilo en señas - La expedición

LSApp

Disponibles en Android y iPhone.

Canales de YouTube

LSM Enseñando

Daniel LSM

LSM IAPPPS

Dilo en Señas

ChNt Señas y Sonrisas

Gestika

LSA en Familia

HandsUP LESCO



¿QUIÉN PUEDE USAR LOS SAAC?



Los SAAC son para cualquier persona que tenga dificultad para comunicarse.



No es necesario tener un diagnóstico. Todas las personas podemos usarlos.



Algunas personas que pueden beneficiarse son:



personas con autismo,
personas con discapacidad intelectual,



personas con discapacidad auditiva,
personas con parálisis cerebral,
personas con daño cerebral,
personas con dificultad para hablar.



Puedes probar diferentes formas de comunicación.



También puedes combinar varias.



Con el tiempo, encontrarás la mejor opción. Es importante tener paciencia.



Aprender estos sistemas puede tomar tiempo.



La familia también debe aprender y practicar.

¿Cómo saber si hay dificultades DE COMUNICACIÓN?

Lee estas preguntas.

Responde:

sí o no.

¿Le entiendo cuando habla?

¿Las demás personas le entienden cuando habla?

¿Señala las cosas en lugar de usar palabras?

¿Parece que no escucha bien?

¿Se pierde en las conversaciones?

¿Parece estar en su propio mundo?

¿Adivino lo que necesita sin preguntarle?

¿Le cuesta decidir por sí mismo?

Si respondes que sí a varias preguntas, puede haber dificultad de comunicación.

Es importante buscar **otras formas** de comunicarse.

Esto ayuda a cubrir sus **necesidades** y respetar su **dignidad**.



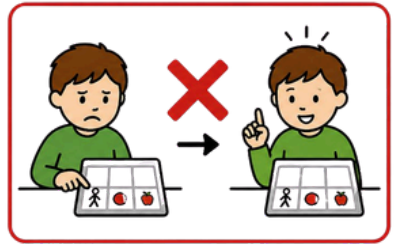
**BUSCAR AYUDA
A TIEMPO
MEJORA LA
COMUNICACIÓN
Y LA CALIDAD DE
VIDA.**

Si no funciona...

A veces, los SAAC no funcionan al inicio.

Esto es normal.

Puedes hacer cambios:
usar menos opciones,
usar palabras más fáciles,
empezar con cosas básicas,
usar cosas que le gusten.



Modela.

Tú también usa los pictogramas.

Da tiempo para responder.

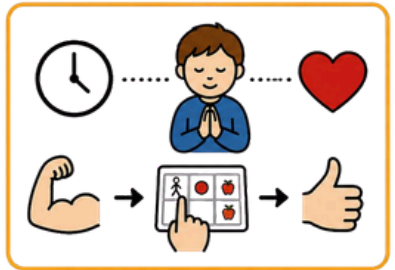
Prueba otra forma.

Por ejemplo:

señas,

gestos

o aplicaciones.



La familia es clave.

Debe usarlo todos los días.



Si aún no funciona,

busca apoyo de un profesional.

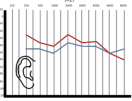
¿Dónde puedo pedir AYUDA?



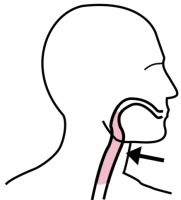
Si hay dificultades para comunicarse, es importante **buscar apoyo profesional**. Los especialistas en comunicación son los terapeutas en comunicación humana.



También pueden ayudar otros profesionales capacitados. Por ejemplo: médicos o psicólogos.



Si hay problemas para escuchar, acude con: un otorrinolaringólogo o un audiólogo.



Si hay dificultades en la voz o el habla, acude con un especialista en foniatría.



Es importante verificar las credenciales de los profesionales.



También puedes acudir a hospitales o centros de salud de tu comunidad.

Mensaje

FINAL

**SI LLEGASTE HASTA AQUÍ,
ES PORQUE TE IMPORTA
EL BIENESTAR
DE OTRA PERSONA.**

**AHORA PUEDES PROBAR
DIFERENTES FORMAS
DE COMUNICACIÓN.
TAMBIÉN PUEDES
COMBINAR VARIAS.**

**EL OBJETIVO
ES CLARO:
QUE LA COMUNICACIÓN
DEJE DE SER
UNA DIFICULTAD.**

**RECUERDA:
BUSCAMOS QUE LA PERSONA
PUEDA ELEGIR,
SER MÁS INDEPENDIENTE
Y TENER MÁS LIBERTAD
EN SU VIDA.**

**CONFÍA.
CON PRÁCTICA
Y PACIENCIA,
SÍ ES POSIBLE.**



Referencias

BIBLIOGRÁFICAS

American Speech-Language-Hearing Association. (2022). Los Sistemas Aumentativos y Alternativos de Comunicación. ASHA.

<https://www.asha.org/public/speech/spanish/los-sistemas-aumentativos-y-alternativos-de-comunicacion/#:%7E:text=La%20comunicaci%C3%B3n%20aumentativa%20y%20alternativa,%2C%20s%C3%ADmbolos%2C%20ilustraciones%20o%20escritura.>

Ariz Argaya, A., & A.P.A.D.A. (2019, 23 octubre). ¿Qué son los pictogramas y cómo se utilizan? Cinfasalud. <https://cinfasalud.cinfa.com/p/pictogramas/>

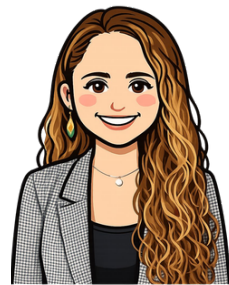
Consejo Nacional para el Desarrollo y la Inclusión de las Personas con Discapacidad. (2016, 10 septiembre). Gobierno de México. Gobierno de México. <https://www.gob.mx/conadis/articulos/lengua-de-senas-mexicana-lsm?idiom=es>

Madrid, F. A. (2021, 20 abril). ¿Qué son los Sistemas Aumentativos y/o Alternativos de Comunicación? Autismo Madrid. <https://autismomadrid.es/articulo-especializado/que-son-los-sistemas-aumentativos-y-o-alternativos-de-comunicacion/#:%7E:text=%E2%80%9C%20Los%20Sistemas%20Aumentativos%20y%20Alternativos,con%20dificultades%20en%20esta%20%C3%A1rea.%E2%80%9D>

Marcos, J. M. (2022, 30 enero). Aprendiendo sobre Comunicación Aumentativa y Alternativa - CAA. Aula abierta de ARASAAC. https://aulaabierta.arasaac.org/comunicacion_aumentativa_y_alternativa_caa

Imágenes creadas por ChatGPT y pictogramas de ARASAAC.

Contacto T.C.H. Marina Zárate Olivieri-Sangiacomo
correo: marinazarateolivieri@gmail.com
cel: 55 54 16 29 47





Institución CONFE a Favor de la Persona con Discapacidad Intelectual I.A.P.

Biznaga 43, Col. Las Palmas, Álvaro Obregón,
C.P. 01110, CDMX. Tel. 55 6732 6600



Conoce más



WWW.CONFE.ORG