



MANUAL SOBRE TRATO DIGNO

A PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL



Agradecemos profundamente a Nacional Monte de Piedad I.A.P. por su valiosa aportación para el logro de este Manual sobre Trato Digno a personas con discapacidad intelectual.

Esta publicación contiene información fruto de la experiencia de CONFE, y la interpretación de investigaciones y prácticas en México y otros países. Tiene la finalidad de ser utilizada sólo para fines educativos, de ser actualizada y recibir comentarios para lograr una mejora continua.

Les pedimos su apoyo para difundirla y utilizar de manera parcial o total para implementar y lograr un trato digno a las personas con discapacidad intelectual.

Primera Edición: 2021

ISBN

CONFE

Biznaga 43, Col Las Palmas, Álvaro Obregón, C.P. 01110, Ciudad de México, CDMX.

Impreso en México

MANUAL SOBRE TRATO DIGNO

A PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL

ÍNDICE

	Introducción	1
	Imagina por un momento el mundo de las personas con discapacidad intelectual	2
	Como los vemos, los tratamos	4
	Centrémonos en lo que nos hace iguales como humanos/personas	7
	Los derechos de las personas con discapacidad	14
	Una nueva forma de ver la discapacidad	19
	¿Qué es un trato digno?	24
	Trato digno ante conductas desafiantes: algunas ideas	26
	Decálogo sobre cómo tratar a una persona con discapacidad intelectual	29
	Cuentos y dinámicas para sensibilizar en un trato digno	31
	En resumen	38
	Bibliografía	39

Introducción

Institución CONFÉ a Favor de la Persona con Discapacidad Intelectual I.A.P. tiene como misión mejorar la calidad de vida e inclusión plena a la sociedad de las personas con discapacidad intelectual (PcDI) y sus familias. Trabajamos para disminuir la desigualdad y la inequidad mediante la creación de oportunidades en los ámbitos de educación, trabajo, independencia, derechos y mediante la implementación de buenas prácticas que garanticen nuestra misión, siempre en la búsqueda de promover una sociedad más justa.

Para continuar logrando nuestros objetivos, desarrollamos un Modelo de atención que cuenta con 4 pilares fundamentalmente: *el Modelo de calidad de vida y apoyos; el Modelo centrado en la persona, su familia y entorno; el Modelo del Centro de Atención Múltiple (CAM) y un Trato Digno desde una nueva mirada a la persona y sentido de vida*. Sin duda un trato digno es fundamental para que una persona tenga una vida de calidad e inclusión social. Para ello desarrollamos este manual que busca sensibilizar y formar a los entornos más próximos de la persona.

Es un hecho, muchas personas con discapacidad manifiestan no ser tratadas dignamente. Muchas veces esto no tiene que ver la discapacidad en sí, sino con nuestros mitos, creencias y prejuicios como sociedad. En otras ocasiones, este trato no digno tiene que ver con que no comprendemos su mundo y en otras, que simplemente no sabemos cómo tratarlas y cómo recibirlas en nuestro entorno.

Este manual pretende mostrar el mundo de las personas con discapacidad intelectual, los mitos que tenemos como sociedad hacia ellas, presentar una propuesta de trato digno en el día a día, con estrategias concretas y saber cómo recibir y tratar a una persona con discapacidad intelectual en nuestro entorno (familia, centro de atención, comunidad).

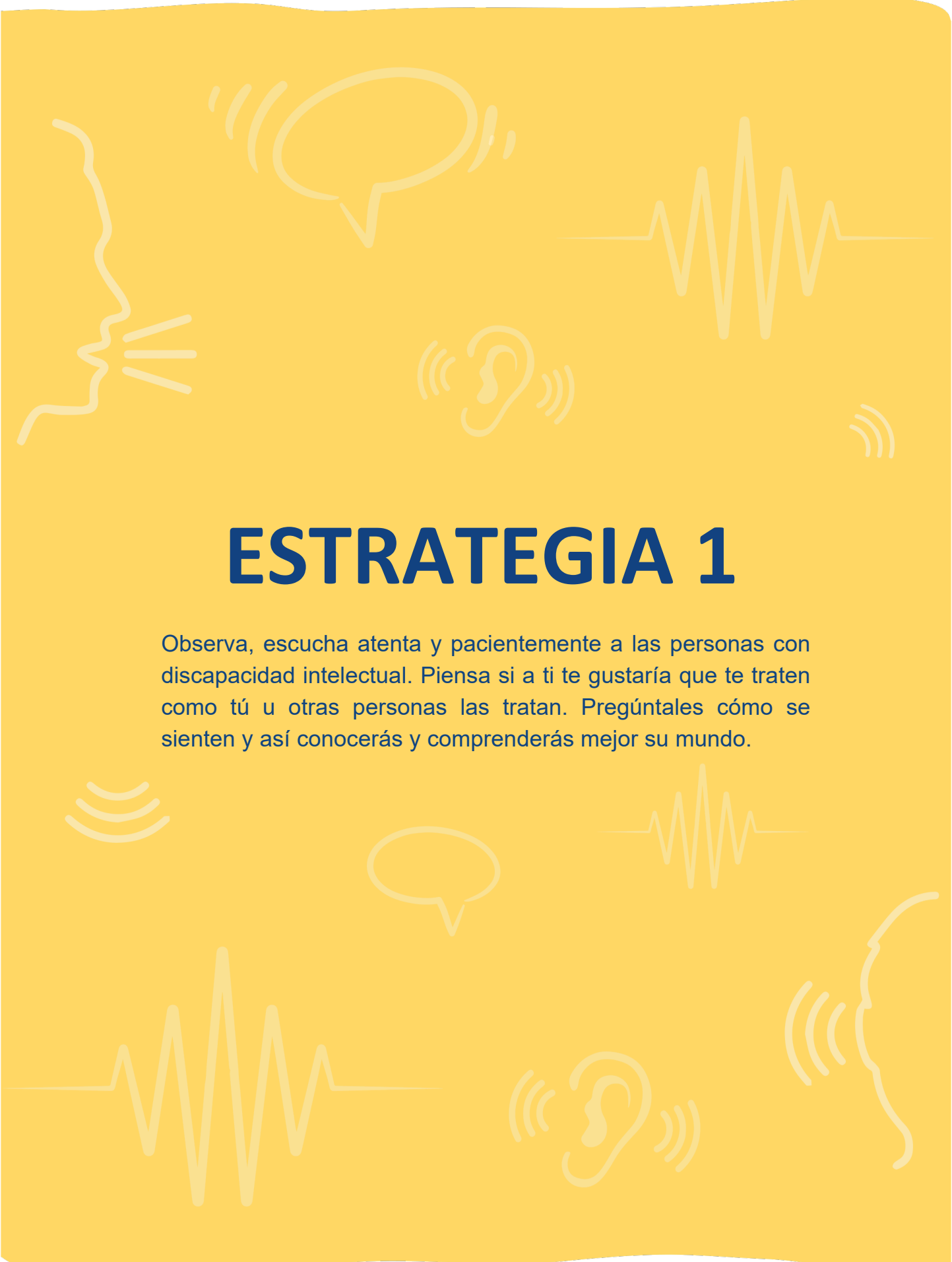
Trabajar por la igualdad y un trato digno a las personas con discapacidad es ser parte de la creación de un mundo más justo para todos, donde lo normal, sea un trato digno para todos.

Imagina por un momento el mundo de las personas con discapacidad intelectual

Probablemente nunca te has puesto a pensar cómo es el día a día de una persona con discapacidad intelectual. La Dra. Judith Leblanck, de la Universidad de Kansas desarrolló una dinámica llamada “Imagina” (en Instituto de mayores y servicios sociales, 2011). Ésta es una adaptación que nos ha servido para comprender mejor el mundo de las personas con discapacidad intelectual. Te invitamos a reflexionar.

- Imagina que, ya siendo mayor de edad, te tratan como a una **niña o niño**.
- Imagina que vives en un ambiente en el que **pocas veces te hablan directamente**, pero que hablan de ti y de tus problemas en tu presencia.
- Imagina que las personas **interrumpen tus intentos de hacer algo**, y que mejor lo hacen por ti, para que quede bien, para que sea más rápido.
- Que se **burlan de ti** en la calle, te miran fijamente y murmuran a tus espaldas.
- Imagina que las personas te toman del brazo, te sacan a la calle, te meten en un coche y **no te dicen a dónde vas** a ir o qué vas a hacer cuando estés allí.
- Que en tu casa **no te dejan ir sola o solo** a ningún sitio o que siempre están pendientes de ti, y te sientes constantemente vigilada o vigilado.
- Imagina que **abren tu clóset sin pedirte permiso** o sin decirte por qué te invaden en ese pequeño espacio de intimidad.
- Imagina que **no te dejan tener una relación especial** con la persona que te gusta.
- Imagina que tú intentas decir que estás enferma o enfermo y **nadie te entiende**.
- Que escuchas constantemente hablar sobre lo que **no puedes hacer** y que, además, **te compadecen**.
- Imagina que **no te dejan escoger** la ropa que te quieres comprar.
- Imagina escuchar a los profesionales **describiendo tus limitaciones delante de ti**, como si tú no estuvieras delante o no pudieras entender nada.
- Imagina que estás en una situación en la que **todo el mundo te da órdenes**, pero **no hablan contigo** de lo que te interesa.
- Imagina que a tu alrededor sólo se está atento a tus **conductas inapropiadas**.
- Imagina que desde tu situación **no te dejan tomar decisiones importantes**, aunque seas un adulto.
- Imagina que **nadie te pregunta** qué preferirías hacer, lo que te interesa, y mucho menos cuáles son tus sueños.

Este es el mundo de muchas personas con discapacidad intelectual



ESTRATEGIA 1

Observa, escucha atenta y pacientemente a las personas con discapacidad intelectual. Piensa si a ti te gustaría que te traten como tú u otras personas las tratan. Pregúntales cómo se sienten y así conocerás y comprenderás mejor su mundo.

Como los vemos, los tratamos

Cuando estoy frente a una persona con discapacidad intelectual, ¿qué veo? Si veo a un adulto con mente de niño, a alguien que no entiende, que no sabe lo que quiere, que no sabe lo que es mejor para ella, que no tiene la capacidad de aprender o mejorar, ni la capacidad de darse cuenta, o de tener valores, metas o sueños, o que no tiene la posibilidad de tomar decisiones importantes en su vida y mucho menos tener una vida independiente... entonces justo así, como la veo, la voy a tratar.



Es decir, como familiar o profesional o vecino, no le voy a dar la oportunidad de tomar decisiones importantes, de ser libre para tomar decisiones, de equivocarse y responsabilizarse de sí misma o sí mismo, de tener experiencias que le ayuden a autoconocerse, a aceptarse, a verse como un ser único e irrepetible que puede aportar al mundo y cuya vida puede estar llena de experiencias significativas, como cualquier otra persona.

Por lo contrario, si vemos a todas las personas dignas por naturaleza, independientemente de sus capacidades o limitaciones, como seres imperfectos, limitados, falibles, en proceso, siempre con la posibilidad de ser mejor, como ciudadanos con los mismos derechos que todos, más allá de sus características propias, entonces así las trataremos, de una forma DIGNA.

Mitos sobre las personas con discapacidad intelectual

La mayor parte de los conflictos y dificultades de las personas con discapacidad no derivan de su discapacidad sino de los mitos, prejuicios y temores que aún tenemos como sociedad. Estos estereotipos y prejuicios generan conductas discriminatorias y vulneran el acceso a sus derechos. Un grupo de padres llamado **“Juntos por la inclusión”** coordinados por la UNICEF, nos muestran algunos de estos mitos.

<https://www.good-deeds-day.org/es/mitos-discapacidad-intelectual/>



MITOS SOBRE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL

algunos de estos mitos son:

Mito 1:

“Las personas con discapacidad intelectual son enfermos”.

Realidad: La discapacidad intelectual es una condición, personas que tienen un desarrollo diferente. No están enfermos, no deben curarse de algo.

Mito 2:

“Las personas con discapacidad intelectual son -pobrecitos y dignos de lástima-”.

Realidad: Son personas completas con sus propios intereses y características, que desean sentirse amados y reconocidos por las habilidades que tienen y sin discriminación.

Mito 3:

“Las niñas y niños con discapacidad intelectual tienen un aprendizaje con un límite o tope, y pueden atrasar el aprendizaje de otros niños”.

Realidad: Con la estimulación adecuada, sus capacidades pueden ser ilimitadas como la vida misma, y la interacción con otros niños y niñas con o sin discapacidad puede ser beneficiosa para todos.

Mito 4:

“Los niños y niñas con discapacidad intelectual solo pueden estudiar en escuelas especiales”.

Realidad: La inclusión de niños, niñas y adolescentes con discapacidad intelectual en escuelas regulares inclusivas puede mejorar la calidad de la educación de todos los estudiantes. Cuando cuentan con los apoyos necesarios, su aprendizaje alcanza grandes resultados.

Mito 5:

“Las personas con discapacidad intelectual son niños eternos”.

Realidad: Las personas con discapacidad intelectual viven en un proceso de desarrollo físico constante al igual que cualquier otra: se comportan primero como niños, luego como adolescentes y luego como jóvenes y adultos.

Mito 6:

“Las personas con discapacidad intelectual no pueden ser independientes ni vivir solos”.

Realidad: Cuando desde pequeños se les enseña, pueden llevar una vida independiente, autónoma y productiva.

Mito 7:

“Las personas con discapacidad intelectual no pueden formar familias”.

Realidad: Cuando aprenden e incorporan mecanismos necesarios de autonomía, pueden formar su propia familia, formar pareja y tener hijos.

Mito 8:

“Las personas con discapacidad intelectual tienen un gran deseo sexual”.

Realidad: Tienen preferencias, deseos e ideas de expresar y vivir su sexualidad como las demás personas. En la misma medida, necesitan y pueden vivir una educación sexual responsable y libre de estereotipos.

Mito 9:

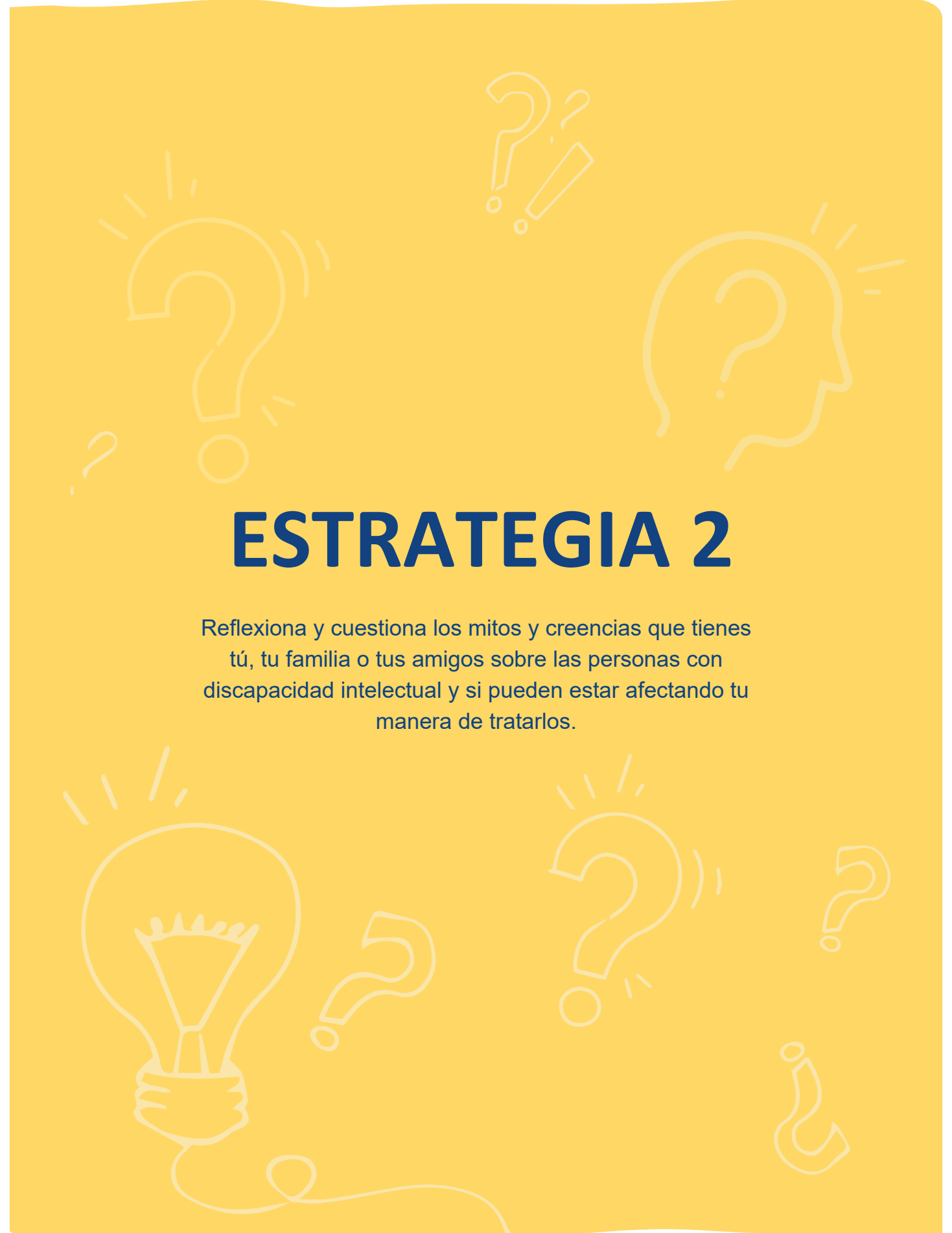
“Las personas con discapacidad intelectual no pueden representarse, defenderse y hablar por sí mismos”.

Realidad: Desde pequeños pueden desarrollar autodeterminación, hacer respetar sus opiniones y gustos.

Mito 10:

“Los personas con discapacidad intelectual necesitan protección y supervisión toda la vida”.

Realidad: Con un aprendizaje continuo a lo largo de la vida sin paternalismo ni asistencialismo, las personas con discapacidad intelectual pueden valerse por sí mismas, ser independientes, tener empleo y familia.

The background is a solid yellow color with several white line-art illustrations. In the top left, there is a large question mark with radiating lines. In the top right, there is a profile of a head with a question mark inside. In the bottom left, there is a large lightbulb with radiating lines and a hand holding its base. In the bottom right, there are several smaller question marks and a lightbulb base. The title 'ESTRATEGIA 2' is centered in the middle of the page in a bold, dark blue font.

ESTRATEGIA 2

Reflexiona y cuestiona los mitos y creencias que tienes tú, tu familia o tus amigos sobre las personas con discapacidad intelectual y si pueden estar afectando tu manera de tratarlos.

Centrémonos en lo que nos hace iguales como humanos/personas

Como vimos anteriormente, NUESTRA MIRADA juega un papel importante en el trato que les damos a las demás personas. A continuación, se presentan algunos paradigmas de la Logoterapia, elaborados por Alejandro Unikel (2014), que pueden ayudar a ampliar esta mirada. Una mirada que no enfatiza en lo que nos hace diferentes, sino en lo que nos hace iguales como humanos. Tal vez esta sea una de las mejores estrategias para brindar un trato digno.

a. Todo ser humano es digno, por naturaleza. “El hombre tiene un valor incondicional” (no sujeto a condiciones), dice Frankl (1987), y agrega: “este valor incondicional constituye la dignidad del hombre, una dignidad que es independiente del valor de la utilidad”. Somos dignos independientemente de si somos útiles o no a los ojos de los demás. De hecho “no hay vida inútil”. Frankl crea el término de “hombre incondicionado”, y dice que “es el hombre que sigue siendo hombre en todas las condiciones, aún las más desfavorables”. Estos condicionamientos de ninguna manera hacen que la persona deje de ser persona o pierda dignidad. Así que toda persona es valiosa y digna independientemente de sus características, por el solo hecho de ser una persona, como tú o como cualquier otro.



¿Qué piensas acerca de que los condicionamientos de ninguna manera hacen que ni tú, ni las PcDI dejen de ser personas o pierdan dignidad?

b. Somos seres en proceso, siempre inacabados, siempre cambiantes. El ser humano siempre puede ser mejor, no es un ser completo ni acabado; se encuentra en constante cambio, en construcción, es un buscador de lo que es y lo que puede llegar a ser. El hombre quiere realizarse según su proyecto, pero muchas veces esto no es posible; aquí es donde se actúa abriendo las posibilidades y acompañando a la persona a hacerse responsable y no víctima de ser lo que es, pero siempre con la oportunidad de ser otra cosa, ayudándola a descubrir no sólo las cosas reales, sino las posibles. Enfoquemos nuestra mirada en todas aquellas posibilidades que tiene la persona, considerando que el día de hoy, esa persona no está terminada, sino que se encuentra en proceso, como tú y como cualquier otra persona.



¿Qué piensas respecto a que las PcDI están en proceso, como tú y como todas las personas del mundo, siempre con la posibilidad de ser mejores? ¿puedes ver a las PcDI no sólo como lo que son hoy, sino como lo que pueden llegar a ser?

c. El ser humano es único, insustituible e irrepetible. Una de las expresiones más importantes de la filosofía de la existencia es considerar al ser humano como único. Cada vida es insustituible e irrepetible. En este sentido la vida humana es sagrada, porque son muchos y muy complejos los aspectos que confluyen en un instante —y solamente en ese instante— para hacer que un ser humano exista. De acuerdo a este paradigma, la persona con discapacidad intelectual es única; por tanto no podemos tratarla de otra manera mas que de forma única. Y esa vida única que se tiene enfrente es valiosa e insustituible para el mundo, como la tuya y como la de cualquier otra persona.

 **¿Te ves a ti misma o a ti mismo como una persona única? ¿qué piensas respecto a que las PcDI son únicas e insustituibles para el mundo?**

d. El ser humano es libre y responsable. El ser humano tiene la facultad de ser libre frente a sus “destinos” biológico, psicológico y social. Ser libre significa “tomar una actitud” frente a aquello que lo condiciona. Tomar una actitud es “responder”. La responsabilidad es la capacidad de responder frente a lo que le plantea la vida, es “hacerse cargo” de su vida, sea ésta como sea, pues nadie puede hacerlo más que él o ella. Toda persona tiene condicionamientos (como una discapacidad), que no puede cambiar, pero sí puede elegir hacerse cargo de ellos, es decir, puede elegir cómo vivir con todo y ellos. Las PcDI se pueden hacer cargo de sus propias vidas con todo y su discapacidad, pues ésta, no los determina, ya que tienen la libertad de elegir tener una vida plena con todo y discapacidad, como tú y como cualquier persona.

 **¿Crees que existan PcDI en el mundo, que tengan una vida plena, satisfactoria y libre, a pesar de su discapacidad?**

e. El ser humano es un ser imperfecto, limitado y falible, capaz de darse cuenta de ello, y vivir estas situaciones con sentido. Nuestra cultura privilegia la perfección y la competencia. Ser visto, recibido, querido, valorado es posiblemente la necesidad más importante que tenemos todos los seres humanos. Adquirimos una sensación de inadecuación al no aceptarnos tal cual somos. Promovamos un cambio en nuestra mirada a la imperfección y limitaciones propias del ser humano, para que tanto profesionales, como familias y personas con discapacidad asumamos nuestra imperfección como algo inherente al ser humano y una oportunidad para desarrollarnos.

 **¿Qué opinión tienes acerca de la imperfección, de tu propia imperfección, de la imperfección de otros?, ¿crees que las limitaciones de las PcDI son parte de ser personas o son algo que hay que eliminar?**

f. El ser humano es un ser siempre en relación; se tiene que salir de sí mismo para ir al encuentro de lo otro, de los otros. El ser humano es un ser en relación. Una de las vías hacia el sentido es la autotrascendencia que implica “salir de uno mismo al encuentro del otro”, vivir en relación. Se significa la vida a través de la relación con el otro, con el mundo, con la trascendencia, y, desde luego, de la relación consigo mismo. Existir¹ significa estar vertido hacia afuera de uno mismo. Frankl (2000), dice "El primordial hecho antropológico humano es estar siempre dirigido o apuntando hacia algo o alguien distinto de uno mismo: hacia un sentido que cumplir u otro ser humano que encontrar, una causa a la cual servir o una persona a la cual amar..." Promovamos oportunidades para que todas las personas con discapacidad intelectual salgan al encuentro de otras personas, encuentren causas a las que servir y desarrollen relaciones significativas, no sólo dentro del centro, sino afuera, en su familia, en su comunidad.

 **¿Crees que las PcDI pueden desarrollar relaciones significativas y encontrar causas a las que servir como tú y como las demás personas?**

¹ La palabra existencia proviene de la palabra latina *existere*, que quiere decir aparecer. *Ex-sistir* transmite la idea de algo que "siste" es decir que tiene "ser" como algo que está fuera del mundo y sale (ex) de allí para existir, es decir, manifestarse en el mundo (<http://es.wikipedia.org/wiki/Existencia>)

La persona puede reconocer sus deficiencias, y también sus fortalezas y áreas de libertad.

Todas conforman nuestra humanidad, y nos sirven para crecer. La persona es una totalidad compleja y heterogénea, con áreas de luz y de sombra. Promovamos que la persona con discapacidad intelectual pueda reconocer sus áreas de fortaleza y aquellas en donde está pudiendo elegir y hacerse responsable, para que esas experiencias funcionales le ayuden a transformar sus experiencias disfuncionales. Se reconoce que las deficiencias no disminuyen la calidad humana, y que el reconocimiento de las fortalezas y deficiencias servirá para trabajar en aquellas. En palabras de Frankl (2008):

El [auténtico] ser humano [...] es el [...] que es humano en todas las circunstancias de la vida y que sigue siéndolo también en las más desfavorables; es decir, el ser humano que bajo ninguna circunstancia reniega de su humanidad sino que, antes bien, “toma partido por ella”...

Las PcDI tienen áreas de luz y sombra como tú y como el resto de las personas. Trabajemos con las personas en ambas áreas.

 **¿Reconoces tus propias fortalezas y tus áreas en las que tienes que trabajar así como las de las PcDI?**
¿Te muestras ante las PcDI como una persona con áreas de luz y de sombra?

La persona dignifica su esfuerzo desde la tenacidad, la honestidad y la honradez. Todo lo que se emprende desde ahí está sostenido en valores que otorgan sentido a lo que se hace, independientemente de los resultados que se alcancen. La logoterapia tiene en un lugar muy destacado la dignificación del esfuerzo. El sentido no está cifrado en el éxito, sino en la honestidad desde donde se emprende una acción. El esfuerzo tiene sentido independientemente de que se logre o no, aquello que se pretende alcanzar, dado que nadie controla los complejos aspectos que confluyen en cada situación de la vida, pues ninguna persona con o sin discapacidad, tiene control sobre todo lo que pasa.

Así como a ti y como a cualquier persona, a las PcDI no les sale todo. Sin embargo, si la decisión de proponerse algo es valiosa para ella, vale la pena intentarlo más allá de los resultados.

 **¿Reconoces el esfuerzo de las PcDI, para lograr aquellas cosas que son valiosas para ellas, más allá de los resultados? ¿reconoces tu propio esfuerzo aunque no logres el resultado deseado?**

i. **Todo ser humano tiene la capacidad de tener libertad de la voluntad, voluntad de sentido y sentido de vida**

La libertad de la voluntad. Es esa capacidad de elegir la actitud, frente a los problemas y dilemas inevitables de la vida. Toda persona es libre y responsable de su elección. Esta elección no cambia el problema o el dilema, pero sí cambia a la persona, pues eligiendo una acción, y haciéndose cargo de ella, le da pleno sentido a la situación.

La voluntad de sentido. Es el motor que todo ser humano busca en su vida, para que ésta sea significativa. Cuando se está frente a una persona, se sabe que “esta persona que se tiene enfrente” tiene una voluntad de sentido, aunque en ese momento no la pueda ver.

El sentido de vida. La vida tiene sentido siempre, en cualquier circunstancia. A veces se tienen experiencias que no se les encuentra sentido. Aún en esos momentos elegir una postura para enfrentar una situación difícil es vivir con sentido, si dicha postura representa algo que es valioso para la persona. Tomar decisiones en función de los valores propios de la persona, de aquello que es muy valioso para ella, hace que la vida sea mucho más satisfactoria y con ello, con mayor calidad.

Promovamos en las personas la libertad de la voluntad, la voluntad de sentido y el sentido de vida, así como la reflexión constante sobre los valores de cada persona.



¿Reconoces en las PcDI su capacidad de elegir una actitud ante sus problemas, de querer experiencias significativas en sus vidas y de actuar en función de sus valores, como cualquier otra persona?

j. Caminos –entre otros- que conducen a la persona al encuentro con su espiritualidad y con los valores que sustentan el sentido: autotrascendencia, autodistanciamiento y autoconocimiento.

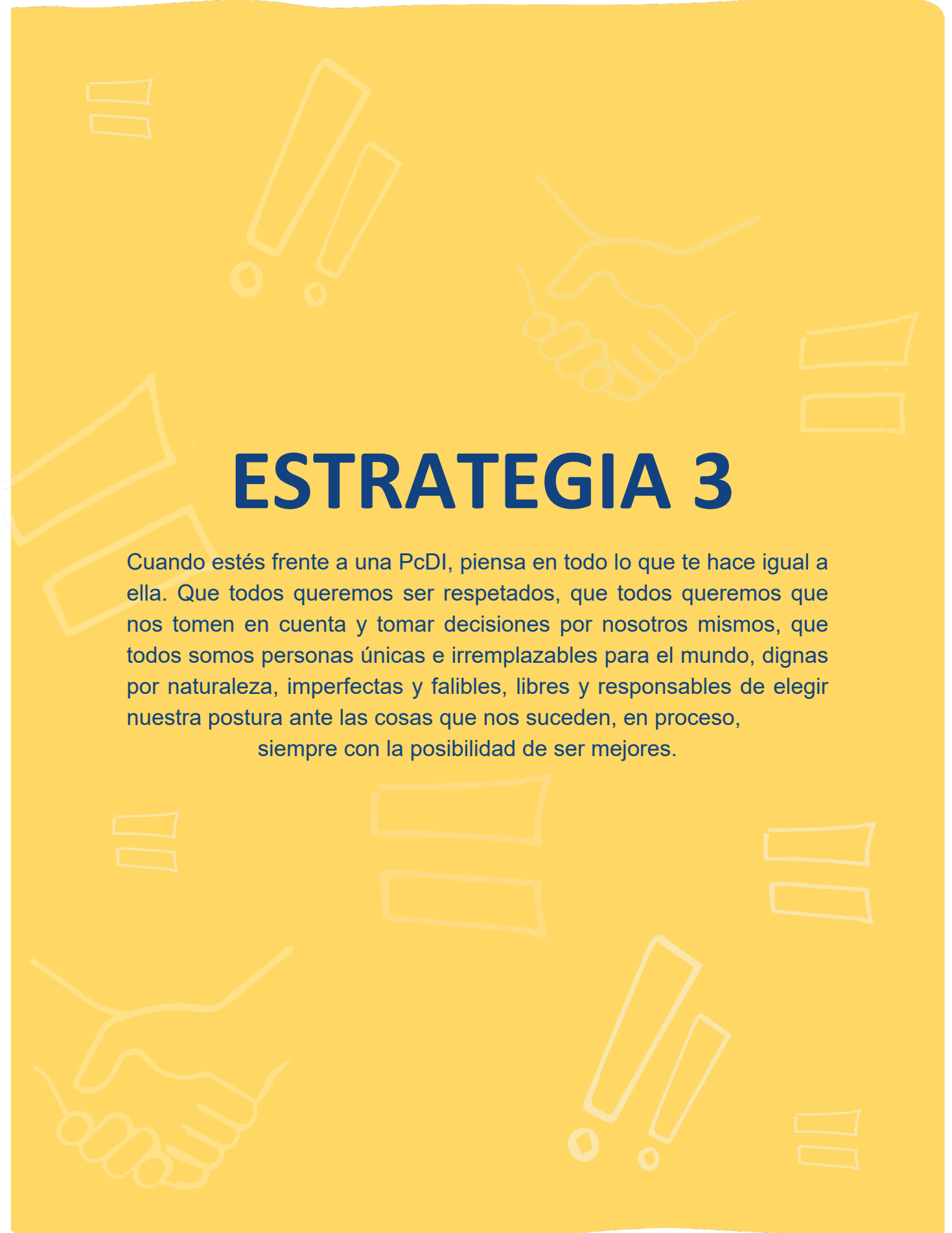
La autotrascendencia: tiene su origen en la trascendencia del yo, es decir, en el salir, como dice Frankl, en busca de personas a quienes amar o a causas a las que servir. Es cuando se actúa por “un bien” fuera de sí mismo, sin dejar de ser la persona el punto de partida. En el pasado se consideraba que las PcDI sólo eran receptoras de servicios, de apoyos, etc. Esto no es verdad. Promovamos la creación de oportunidades para que las personas tengan una vida significativa, aportando al mundo sus talentos.

El autodistanciamiento: es esta característica exclusivamente humana que le permite convertirse en observador de sí mismo y que posibilita tomar distancia respecto a algo que se está viviendo, para ver las cosas desde otra perspectiva, y escoger —posiblemente— una actitud diferente.

El autoconocimiento: permite darse cuenta de “mi estar-en-el-mundo”, es decir, la comprensión de cómo se está en relación consigo mismo y con lo que le rodea. Es darse cuenta de quién se es, no de quién quisiera o debiera ser, sino de quién es realmente en este momento de su vida. Significa también percatarse desde qué parte se está respondiendo a una situación determinada para poder elegir desde lo que auténticamente se es, en vez de valores heredados (y no digeridos) de sus padres, de la educación, de la religión o de la sociedad.



¿Piensas que las PcDI pueden autoconocerse, autotrascender y autodistanciarse como tú y como cualquier otra persona?



ESTRATEGIA 3

Cuando estés frente a una PcDI, piensa en todo lo que te hace igual a ella. Que todos queremos ser respetados, que todos queremos que nos tomen en cuenta y tomar decisiones por nosotros mismos, que todos somos personas únicas e irremplazables para el mundo, dignas por naturaleza, imperfectas y falibles, libres y responsables de elegir nuestra postura ante las cosas que nos suceden, en proceso, siempre con la posibilidad de ser mejores.

Los derechos de las personas con discapacidad

Un trato digno está estrechamente ligado al respeto de los derechos de todas las personas. En 2008 entró en vigor **la Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad** un instrumento internacional de derechos humanos de la Organización de las Naciones Unidas (ONU) cuyo propósito es promover, proteger y asegurar el goce pleno y en condiciones de igualdad de todos los derechos humanos y libertades fundamentales de todas las Personas con Discapacidad, y promover el respeto de su dignidad inherente. Busca disminuir la desventaja social de la persona con discapacidad y promover su participación en igualdad de oportunidades, en los ámbitos civil, político, económico, social y cultural (ONU,2008).

Aunque lo ideal sería que no se necesitara un documento especial para promover los derechos de las personas con discapacidad —porque se da por entendido que todos tenemos los mismos derechos—, la realidad nos dice que es muy necesario, pues aún no se ha logrado el cambio cultural, lo cual nos obliga a crear estrategias conjuntas a nivel mundial para garantizar el respeto y el TRATO DIGNO a todas las personas por igual.

Los principios generales de la Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad son:

<https://www.un.org/esa/socdev/enable/documents/tccconvs.pdf>



El respeto de la dignidad inherente, la autonomía individual, incluida la libertad de tomar las propias decisiones, y la independencia de las personas



La no discriminación



La participación e inclusión plenas y efectivas en la sociedad



El respeto por la diferencia y la aceptación de las personas con discapacidad como parte de la diversidad y la condición humanas



La igualdad de oportunidades



La accesibilidad



La igualdad entre el hombre y la mujer



El respeto a la evolución de las facultades de los niños y las niñas con discapacidad y de su derecho a preservar su identidad

A continuación, se presentan algunos artículos de la Convención en lectura fácil. Para acceder a todos los artículos de la Convención se puede buscar en la siguiente liga:

https://www.plenainclusion.org/sites/default/files/convencion_onu_lf.pdf



ARTÍCULO 1 PROPÓSITO

Las personas con discapacidad son personas con deficiencias físicas, mentales, intelectuales o sensoriales a lo largo del tiempo.

La Convención quiere que estas personas

- Tengan todos los derechos humanos.
- Tengan todas las libertades.
- Sean respetadas como las demás personas.
- Participen plenamente en la sociedad.

ARTÍCULO 5 IGUALDAD Y NO DISCRIMINACIÓN

Los países de la Convención

- Reconocen que todas las personas son iguales ante la Ley.
- Prohibirán la discriminación por motivos de discapacidad.
- Promoverán la igualdad adaptando los productos y los servicios para que los usen las personas con discapacidad.

ARTÍCULO 6 MUJERES CON DISCAPACIDAD

Las mujeres y las niñas con discapacidad sufren muchas formas de discriminación. Por ello, los países de la Convención

- Se comprometen a que ellas tengan los mismos derechos y libertades que todos.
- Fomentarán la igualdad.

ARTÍCULO 7 NIÑOS Y NIÑAS CON DISCAPACIDAD

Los países de la Convención garantizarán que los niños y las niñas con discapacidad

- Tengan los mismos derechos que los demás niños y niñas.
- Opinen con libertad, como cualquier niño o niña de su misma edad.

ARTÍCULO 9 ACCESIBILIDAD

Para que las personas con discapacidad vivan de forma independiente, los países de la Convención garantizarán.

- El acceso a los edificios, escuelas, hospitales y viviendas.
- El acceso a los lugares de trabajo y a las calles.
- Que la información llegue a todas las personas.

ARTÍCULO 12 IGUAL RECONOCIMIENTO ANTE LA LEY

Las personas con discapacidad son iguales ante la Ley. Por eso tienen derecho a

- Tener y heredar propiedades.
- Conocer sus bienes económicos.
- Acceder a créditos, hipotecas y servicios financieros.

ARTÍCULO 13 ACCESO A LA JUSTICIA

Todas las personas tienen derecho a acceder a la Justicia en igualdad de condiciones.

- Por eso, estas personas no serán excluidas de ningún tipo de acto judicial. Por ejemplo, podrán declarar como testigos.

ARTÍCULO 19 DERECHO A VIVIR CON INDEPENDENCIA Y A FORMAR PARTE DE LA COMUNIDAD

Las personas con discapacidad tienen derecho:

- A vivir de forma independiente.
- A participar en la vida de la comunidad.

La Convención garantizará que las personas con discapacidad:

- Elijan a las personas con las que quieren vivir.
- Elijan el lugar donde vivirán.
- Tengan ayudas para vivir bien.
- No sean aisladas de la comunidad.
- Tengan los mismos servicios e instalaciones que las demás personas.

ARTÍCULO 21 LIBERTAD DE EXPRESIÓN, DE OPINIÓN Y DE ACCESO A LA INFORMACIÓN

Las personas con discapacidad tienen derecho a

- Opinar con total libertad.
- Comunicarse de la forma que elijan.

Los países de la Convención harán leyes para que las personas con discapacidad

- Accedan a la información general.
- Puedan utilizar los sistemas de comunicación que necesiten.
- En especial, la lengua de señas, el Braille, la fácil lectura y otros sistemas.

ARTÍCULO 22 RESPECTO A LA PRIVACIDAD

Las personas con discapacidad tienen derecho a su vida privada.

- Por eso, los países protegerán sus datos personales y los datos sobre su salud.

ARTÍCULO 23 RESPECTO DEL HOGAR Y DE LA FAMILIA

Los países de la Convención harán leyes para que las personas con discapacidad

- Tengan relaciones sexuales como las demás personas.
- Sepan evitar los embarazos.
- Se casen si lo desean.
- Tengan hijos o puedan adoptarlos.
- Críen a sus hijos con responsabilidad.

ARTÍCULO 24 EDUCACIÓN

Las personas con discapacidad tienen derecho a la educación. Los países de la Convención crearán un sistema educativo que garantice que las personas con discapacidad desarrollen:

- Su talento y creatividad.
- Su dignidad, personalidad y autoestima.
- Sus aptitudes mentales y físicas.

Los países garantizarán también que las personas con discapacidad

- Estén incluidas en el sistema general de educación.
- Estudien la enseñanza obligatoria de forma gratuita como las demás personas.
- Tengan ayudas para facilitar su formación real.
- Desarrollen las habilidades sociales que son necesarias para vivir en la sociedad.

ARTÍCULO 27 TRABAJO Y EMPLEO

Las personas con discapacidad tienen derecho:

- A Trabajar.
- A ganarse la vida con el trabajo que elijan.

Los países de la Convención garantizarán que las personas con discapacidad:

- No sufran discriminación en el trabajo por su discapacidad.
- Ganen lo mismo que las demás personas.
- Tengan las mismas condiciones de trabajo.
- Tengan derechos laborales y sindicales.

ARTÍCULO 29 PARTICIPACIÓN EN LA POLÍTICA Y EN LA VIDA PÚBLICA

Las personas con discapacidad tienen derecho a:

- Elegir a su gobierno
- A ser elegidas como las demás personas
- A participar en partidos políticos y otras asociaciones
- A tener organizaciones que las representen
- A que las elecciones sean sencillas con instalaciones y materiales fáciles de utilizar

ARTÍCULO 30 PARTICIPACIÓN EN LA CULTURA, OCIO Y DEPORTE

Las personas con discapacidad tienen derecho a:

- Desarrollar sus capacidades culturales y artísticas
- Disfrutar del ocio y del deporte como las demás personas
- Tener acceso a instalaciones culturales, deportivas y de recreación.

Es claro para todos que somos iguales en cuanto a derechos, sin embargo, como personas somos muy diferentes y tenemos necesidades diferentes. **Para que las personas con discapacidad puedan tener acceso a todos sus derechos, considerando sus diferencias (como cualquier persona), es necesario comprender la nueva forma de ver la discapacidad.**

DERECHOS



DERECHOS

ESTRATEGIA 4

Conoce los derechos de las personas con discapacidad
y brinda un trato digno respetándolos.



DERECHOS



Una nueva forma de ver la discapacidad

Anteriormente se consideraba a las personas con discapacidad, como enfermos, que habían llegado con un defecto, sin la capacidad de tomar decisiones y mucho menos de tener una vida digna. Esto no es verdad.

Por favor observa esta imagen... ¿qué ves?

¡Exacto! Es una niña que quiere abrir la llave de un lavabo, pero no le alcanza. Antes se veía así a la discapacidad: “la niña está chaparra”, como si el problema fuera de la niña y no de la propia altura del lavabo.



El hecho de que no alcance la llave del lavabo, **no significa que está defectuosa**. Simplemente, los lavabos están hechos en función de la altura de la mayoría de las personas y ella tiene otra altura. Si todos tuviéramos su altura, los lavabos serían de ese tamaño ¿no crees? **Tampoco significa que está destinada a jamás poder lavarse las manos, y mucho menos, que sus padres o cuidadores tendrán que cargarla el resto de sus vidas** para que ella pueda lavarse las manos. Como se puede observar, el hecho de que esta niña no alcance la llave del lavabo tiene que ver con la relación que hay entre la altura de la niña y la altura del lavabo. No es un problema de la persona, sino de la relación entre la persona y su entorno.



Ahora observa esta imagen. Como puedes ver, para que la niña alcance la llave del lavabo necesita UN APOYO. En este caso el apoyo es un banquito. Si la niña cuenta con este banquito, puede acceder a lavarse las manos, si la niña NO cuenta con ese banquito u otro apoyo, no podría acceder a lavarse las manos. Si, ese es el problema. Muchas veces, las personas con discapacidad no pueden acceder a sus derechos como cualquier otra persona si no se les proporcionan los apoyos adecuados o ajustes razonables que les permitan funcionar como las demás. ¿Quién proporciona esos apoyos?: el entorno. A esto le llamamos un entorno con apoyos. De acuerdo a Javier Tamarit (2005), toda persona puede progresar con los apoyos adecuados.

Pongamos algunos ejemplos

1. Una persona en silla de ruedas que no puede entrar al cine porque solo hay escaleras. **¿Cómo crees que debe ser la entrada al cine para que pueda acceder a su derecho a tener recreación?** *R: Tener una rampa*



2. Una niña ciega que necesita leer un libro de la escuela. **¿Cómo crees que puede esta persona acceder a su derecho a la educación?** *R: Con libros en braille*



3. Una persona con discapacidad intelectual en el metro que no sabe leer. **¿cómo crees que debe ser la señalización de cada estación del metro para que esta persona pueda acceder a su derecho a transportarse?**

R: Colocar pictogramas para distinguir cada estación.



Así es que la nueva forma de ver la discapacidad centra su mirada en la relación que hay entre la persona y su entorno considerando las limitaciones de la persona y las barreras del entorno. De acuerdo a Muntadas P. (2009), el entorno “pueden ser los espacios, objetos, útiles, servicios y actividades. Hablamos de espacios como edificios públicos y privados, estaciones de autobuses, de trenes, hospitales, colegios, carreteras, parques, centros comerciales, museos, cines...; de objetos como electrodomésticos, equipamientos, mobiliarios, mandos, enseres, cualquier instrumento cotidiano, tecnológico...; y de servicios de salud, educativos, deportivos, culturales... Es todo aquello que nos rodea, con lo que podemos interactuar, donde y con lo que desarrollamos la vida”. El entorno también es la familia, los profesionales, la comunidad. Los que estamos a su alrededor podemos ser facilitadores cuando proporcionamos los apoyos que necesita la persona. Con esta nueva forma de ver la discapacidad, nosotros, su entorno, seremos buscadores de apoyos.

Observa la siguiente tabla y compara la forma antigua y la forma nueva de ver a una persona con discapacidad. Sin duda, la nueva forma, es mucho más justa y digna.

FORMA ANTIGUA	FORMA NUEVA
“María no puede leer porque es ciega”	María NECESITA UN APOYO para poder leer (por ejemplo libros audibles, libros en braille, etc)
“Juan no puede ir con nosotros al centro comercial porque es un berrinchudo,”	Juan NECESITA UN APOYO para regular su carácter (por ejemplo, usando apoyo conductual positivo)
“Pedro no puede ir a la tienda solo, porque no sabe sumar y restar”	Pedro NECESITA UN APOYO para sumar y restar en una tienda (por ejemplo, una calculadora, un app para distinguir los billetes, etc.)
“Ángeles no puede transportarse al trabajo, porque no sabe leer el nombre de las estaciones del metro”.	Ángeles NECESITA UN APOYO para saber dónde subirse o bajarse en el metro (por ejemplo entrenarla para distinguir pictogramas o lugares)

PRACTIQUEMOS. Escribe a lado de cada oración, la nueva forma de ver la discapacidad:

FORMA ANTIGUA	FORMA NUEVA
José no puede comunicarse porque es mudo.	
Alicia no puede llegar a tiempo a su clase de baile porque no tiene manejo de tiempo.	
Josué no puede comer solo, porque tiene atrofia muscular.	
Mariana no puede salir a la calle sola, porque es muy desubicada.	
Fernando no puede aprender, porque tiene muy mala memoria.	

Se necesitan crear ENTORNOS ACCESIBLES y brindar APOYOS o AJUSTES RAZONABLES, para que todos y todas tengan iguales oportunidades, como las demás personas (Fondo de población de las naciones unidas, 2019).



ESTRATEGIA 5

En lugar de decir que una PcDI no puede hacer algo o de lanzar un juicio sobre su comportamiento, piensa en términos de los **APOYOS QUE NECESITA** para poder lograrlo y para poder acceder a todos sus derechos, como cualquier persona.



Qué es un trato digno

Un trato digno está ligado al respeto de los derechos de toda persona. Es decir, si respetamos su derecho:

- **A la privacidad, no invadiendo su intimidad.** Por ejemplo no abriendo su habitación sin tocar, o el baño mientras se está bañando, no tomar o esculcar entre sus cosas, no estar contando a otros información de él o ella; todo esto sin su consentimiento.
- **A tomar decisiones.** Por ejemplo no tomando decisiones por él o ella, si necesitamos llevarle a algún lugar avisarle, que él o ella escoja su ropa y sus cosas si lo puede hacer, no ignorar sus decisiones.
- **A la igualdad y no discriminación.** Por ejemplo tratando de igual manera a mujeres y hombres, a los niños o niñas, y darles la oportunidad de intentar lograr lo que desean dándoles los apoyos que necesitan.
- **A vivir con independencia.** Por ejemplo respetar su derecho a vivir de forma independiente, a elegir con quién quiere vivir, en dónde quiere vivir y proporcionarle la ayuda para lograrlo.
- **A participar en la comunidad.** Por ejemplo promover que use su comunidad, que vaya a la tienda o se inscriba a servicios de su comunidad, brindarle los apoyos para desarrollar habilidades que le permitan hacerlo, que conviva con sus vecinos, que se le apoye a entrar a alguna clase cerca de casa, participe y aporte a su comunidad.
- **A opinar, expresar lo que piensa.** Por ejemplo preguntarle su opinión, lo que piensa o siente y cuando lo haga, no criticarle o ignorarle cuando habla.
- **A la educación.** Por ejemplo incluirle a una escuela, brindarle apoyos para facilitar su formación y el desarrollo de habilidades.
- **Al trabajo.** Por ejemplo, fomentar que se gane la vida con el trabajo que él o ella elija, que tenga todas las prestaciones de ley y que gane lo mismo como las demás personas.
- **A comprender la información.** Por ejemplo, que la información esté en lectura fácil, en pictogramas, en lengua de señas ya sea dentro de casa, en la escuela y en la comunidad.
- **A gozar de su sexualidad.** Por ejemplo, promover una educación sexual sin que lo pida, si desea tener relaciones como cualquier persona, prestarle los apoyos que requiera.
- **A la salud.** Por ejemplo, apoyarle a aprender a cuidar su cuerpo, su mente, sus emociones; creyéndole cuando nos diga que no se siente bien, buscando que se respete su derecho a tener seguridad social.
- **A la recreación y deporte.** Por ejemplo, apoyarle a tener actividades que le gusten, a practicar un deporte, a tener un grupo de amigos con quien salir a divertirse con los apoyos que necesite.

Estos son algunos derechos con ejemplos de lo que podemos hacer. Puedes acceder a la liga que se mencionó anteriormente para conocer a detalle los derechos plasmados en la Convención.

Cabe resaltar la importancia de brindar un trato digno a través de la manera cómo nos relacionamos con la persona. Es decir, cómo nos dirigimos a ella, cómo le hablamos, cómo la vemos, cómo la escuchamos, cómo es nuestra relación con ella, si es una relación entre iguales o si la vemos como diferente a nosotros.

¿Estoy brindando un trato digno?

A veces, más allá de lo que pensamos, hay que revisar lo que HACEMOS. Si levantáramos una encuesta a muchas personas acerca de si piensan que las PcDI tienen los mismos derechos que todos, seguramente la mayoría diría que sí. Sin embargo, a veces lo que pensamos va de un lado y lo que hacemos va para otro. Así es que una buena manera de revisar si estamos brindando un trato digno, es observando nuestras acciones, observar esos “pequeños detalles” del día a día que pueden dignificar o no dignificar a una persona.

También puede suceder que nosotros creemos estar brindando un buen trato pero que la PcDI no lo sienta así. Para ello, lo mejor es preguntarle directamente, si siente que se le está dando un buen trato. Si se siente rechazada, humillada, aislada, con poco control en su vida, con pocas posibilidades de participación e interacción social, sin posibilidad de elegir su futuro deseado, sin relaciones igualitarias, etc. entonces no estamos logrando dar un trato digno.



ESTRATEGIA 6

Reflexiona a) si conoces los derechos de las personas con discapacidad, b) si puedes brindar los apoyos que la persona necesita para poder acceder a sus derechos, c) si tu relación con la persona es entre iguales (horizontal) d) si tus acciones representan para la persona un trato digno.



Trato digno ante conductas desafiantes: algunas ideas

En algunas ocasiones no sabemos cómo brindar un trato digno ante conductas problemáticas. A continuación, se presentan algunas ideas acerca de una propuesta que está siendo utilizada eficazmente con muchos grupos de personas, entre ellos, con personas con discapacidad intelectual: “Apoyo conductual positivo”

El Apoyo conductual positivo (ACP) es un enfoque para hacer frente a conductas problemáticas que pone relieve en la prevención. No se enfatiza en la corrección de la conducta problemática, sino que, se hace hincapié en la modificación del contexto /ambiente donde se encuentra el problema para de esta manera no solo reducir la conducta problemática sino desarrollar un estilo de vida (Carr, E, 2011).

De acuerdo a Emerson (en Centro de Documentación y Estudios SIIS, 2011) “la conducta problemática es aquella que por su intensidad, duración o frecuencia afecta negativamente al desarrollo personal del individuo, así como a sus oportunidades de participación en la comunidad”

Principios clave del ACP

- El cumplimiento de los derechos de la Convención
- Comprender la conducta y el contexto de la persona obteniendo información relevante de muchas personas (padres, primos, tíos, amigos, vecinos, profesores, facilitadores, entrenadores, etc):
- Puntos fuertes y débiles de la situación de la persona en diferentes áreas como relaciones sociales, oportunidades de involucrarse en actividades gratificantes en la comunidad, las relaciones sociales, las rutinas cotidianas, los programas educativos a las que asiste, los métodos de enseñanza, la calidad y cantidad de actividades recreativas, su grado de autonomía, las posibilidades de elegir, su preparación para empleo futuro.
- Evaluación de puntos fuertes y débiles de la conducta de la persona como la comunicación, el automanejo, las habilidades sociales, la solución de problemas etc.
- Todas las personas de su entorno no son solo ayudantes sino participantes activos en el rediseño del ambiente vital de la persona y están enfocados a mejorar la calidad de vida de la persona a través de su inclusión a la comunidad y a la mejora de su satisfacción personal.
- Prevención a través de la elaboración de planes a futuro sobre la vida social, laboral, de ocio de la persona, basadas en sus propios intereses y expectativas (planificación centrada en la persona), así como planes de apoyo conductual para el desarrollo de habilidades para comunicar sus necesidades, manejar su propia conducta, relacionarse con los demás, solucionar situaciones difíciles como las que le causan enojo, tristeza y frustración y la enseñanza de nuevas conductas que reemplacen la conducta problemática no deseada (Carr, E, 2011).
- Se entiende que la conducta problemática es simplemente consecuencia de un contexto problemático. El supuesto es que una vida significativa, interesante y normalizada genera un contexto en el que la conducta problemática es innecesaria.

De acuerdo al curso básico de autoformación en Apoyo Conductual Positivo que ofrece Plena inclusión, la intervención en ACP se divide en **tres fases**:

-  **1. La intervención primaria:** busca la calidad de vida de la persona en todas sus dimensiones a través de los planes elaborados centrados en la persona. Aquí se refuerzan las habilidades existentes, se enseñan nuevas habilidades, y nos aseguramos que reciban lo que necesitan. Si esto funciona bien, no debería manifestarse una conducta problemática.
-  **2. La intervención secundaria:** se utiliza cuando la persona empieza a manifestar que algo no va bien, que se empieza a ver inquieta. Ahí se interviene calmando, distrayendo, retirando los desencadenantes, intentando resolver el problema, dejando espacio físico a la persona, redirigiendo a la persona a una actividad que le guste, intentando permanecer calmado. Lo que no se debe hacer es mostrar pánico, ignorar, culpar, amenazar, castigar, desafiar. Esta intervención funciona cuando la persona se encuentra en la fase en la que empieza a inquietarse y esta sensación va aumentando y en la fase en la que ya va bajando la sensación de inquietud o ansiedad, después de haber pasado el nivel máximo de crisis. No funciona para el momento de la crisis, para la cual se aplican las estrategias reactivas.
-  **3. Estrategias reactivas:** éstas se aplican únicamente si la intervención secundaria no funciona y tienen como objetivo que de manera rápida y segura se consiga el control sobre las conductas que ponen en riesgo a la persona o a otros. Se aplican durante la crisis, nunca deben ocasionar daño y deben estar diseñadas anteriormente de forma personalizada. Lo idóneo es que la estrategia sea lo menos restrictiva, brindándole un espacio a la persona en el que se sienta segura, evitando castigos y reclamos.

A modo de reflexión:

¿Cómo sueles reaccionar ante una conducta desafiante?

¿Crees que podrías hacerlo mejor?

¿Cómo?

Como se mencionó anteriormente lo que se busca, antes que nada, es prevenir las conductas desafiantes a través de brindar los apoyos para que la persona está satisfecha con su vida, y de esta manera, difícilmente presentará una conducta desafiante. Este modelo es muy efectivo, pero pocas instituciones o familias lo conocen bien. Los invitamos a buscar una formación formal en este tema.



ESTRATEGIA 7

Asegúrate que la o las PcDI con las que te relacionas cuentan con un plan de vida que les proporcione calidad de vida e inclusión y que esté centrada en sus intereses, además de un plan de apoyo conductual si lo requiere. Recibe formación en el modelo de apoyo conductual positivo para prevenir y saber responder ante conductas problemáticas, ~~de manera~~ de manera que dignifique a la persona.



Decálogo sobre cómo tratar a una persona con discapacidad intelectual

Concretar las acciones en el día a día puede ser clarificador. Así que con toda la información que se investigó y las entrevistas a las Personas con Discapacidad Intelectual, a sus familias y a los profesionales, se elaboró el siguiente decálogo:

1. Hablemos de forma clara y sencilla, asegurándonos que la PcDI nos haya comprendido y brindemos los apoyos para que su entorno sea comprensible para la persona (casa, centro de atención, trabajo, etc).
2. Dirijámonos directamente a la persona con discapacidad intelectual, no a su acompañante.
3. No tomemos decisiones por ellas. Dejemos que sean las protagonistas de su propia vida, tomando decisiones de forma autónoma de acuerdo a sus intereses y a su proyecto de vida elegido por ellas.
4. Dejemos que hagan todo lo que pueden hacer por sí mismas y brindemos apoyo sólo en lo que requieran y en la forma que ellas lo necesiten.
5. Centrémonos en sus capacidades y en las necesidades de apoyo para lograr lo que desean.
6. Mantengamos una relación de iguales, evitando el proteccionismo, paternalismo o maternalismo, casi siempre innecesarios.
7. Actuemos naturalmente, sin expresiones exageradas o tono infantil.
8. Tratémoslas como adultos si son adultos y como niños si son niños.
9. No prejuzguemos, escuchemos con paciencia a la persona. Si tiene conductas problemáticas usemos apoyo conductual positivo.
10. Conozcamos sus derechos y brindemos los apoyos para que puedan acceder a ellos.



ESTRATEGIA 8

Platica con las personas con discapacidad intelectual que conozcas, con tus familiares o colegas de tu institución acerca de este decálogo y cuélgalo en una pared visible de tu casa o tu oficina.



Cuentos y dinámicas para sensibilizar en un trato digno

A continuación, se presentan algunos cuentos y dinámicas con los que puedes reflexionar de forma personal o junto con tu familia o compañeros de trabajo.

¿Será?

En un pueblo lejano de Morelia vivía la familia Popotla. Eran conocidos por hacer la carne al horno más rica de la zona. Un reportero curioso se trasladó a entrevistar al Sr. Pablo Popotla para saber cuál era su gran secreto. Él, era la décima generación de su familia que había aprendido a hacer tan deliciosa carne. Cuando el Sr. Popotla se encontraba elaborando la receta con el reportero, éste último se fijó que usaba un refractario muy pequeño y que cortaba gran parte de las puntas de la carne y no tardó en preguntarle por qué lo hacía así. El Sr. Popotla le dijo que ese era el mayor secreto, por lo menos eso le habían dicho, y que no se lo podía decir. Pero el reportero era tan insistente que le sacó la verdad. El Sr. Popotla tuvo que confesar que en realidad nunca se había puesto a pensar ni cuestionar por qué se cortaban tanto las puntas de la carne. La razón por la que lo hacía así, era porque su padre así se lo había enseñado y en realidad no sabía la razón. El reportero fue con el padre del Sr. Pablo y éste le dijo lo mismo. Cada vez aumentaba más su curiosidad, así es que fue con el abuelo y bisabuelo del Sr. Pablo y la contestación fue la misma. Al reportero se le ocurrió pedirle al bisabuelo la receta de la carne al horno escrita por el primer Sr. Popotla. La gran sorpresa que se llevó el reportero fue que en la esquinita de debajo de la receta decía “hay que comprar un refractario más grande para no tener que quitarle tanto a las puntas de la carne”. El reportero sonrió pensativo: “cuántas cosas se van haciendo un mito, y ni siquiera nos tomamos la molestia de averiguar”. Nadie de la familia Popotla había cuestionado la razón por la que se cortaban las puntas de la carne y llevaban 10 generaciones haciéndolo así.

Recordó a su hija con discapacidad y que muchas personas piensan cosas que no son ciertas de ella, que son un mito y que pocos, se han tomado la molestia de cuestionar.

El Motor ya no es tuyo

Alma era una mujer muy bondadosa que deseaba mucho tener un hijo o una hija. Después de algunos años de intentarlo por fin quedó embarazada. Estaba tan feliz que bordó y tejió muchas cosas para su bebé por nacer. Un día mientras dormía sintió algo raro en su pecho. Era como un calor muy reconfortante. Decidió disfrutarlo y no darle mayor pensamiento. Pronto, nació su hijo Diego. Estaba feliz, le daba de comer, lo vestía, lo bañaba, le ponía películas de niños y seguía sintiendo cada vez más ese lindo calor que la abrazaba. Diego también era muy feliz con su mamá.

Un día, cuando Diego era más grande, Alma dejó de sentir ese calor en el pecho y que en realidad le daba fuerzas y le hacía sentir muy bien. Fue al doctor algo preocupada, y después de varios estudios éste le dijo que no había evidencia de que tuviera alguna enfermedad. Fue a otros doctores para una segunda y tercera opinión

y le dijeron lo mismo. Una amiga suya le recomendó ver a un hombre sabio que vivía en un pueblo cercano. Sin pensarlo mucho, fue a verlo. El hombre sabio la miró con ternura y le dijo: “Alma, ese calor que sentías en tu pecho, era el soplo de la vida, un MOTOR que te fue dado para hacer todas las cosas que hiciste por tu hijo Diego” Alma aún más preocupada le dijo que por favor hiciera algo para que le regresara el motor. El sabio la escuchó con paciencia y una vez más sonriendo le dijo “Alma, ese motor ya no es tuyo, cuando un niño o niña nace, este motor se les da a los padres del niño mientras éste no puede hacerse cargo de sí mismo, pero en cuanto puede hacerlo, debes entregarle el motor a él. Y así ha sucedido durante todas las generaciones, tus padres te lo dieron a ti, para que aprendieras a tomar tus propias decisiones, y ahora tú se lo darás a Diego y él se lo dará a sus hijos.” Alma quedó algo desconcertada, ¿y si el motor no lo tenía tampoco Diego? ¿qué iba a ser de él? o ¿y si lo tiene, pero no lo sabe usar?

El sabio siguió sonriendo y por último le dijo “vas a tener que confiar en la sabiduría de la vida; el mejor regalo que le puedes dar a tu hijo es acompañarlo a que se haga cargo de su propia vida y que esa fuerza ahora la tenga él. Alma, ese motor ya no es tuyo”.

Un mundo para todos

Érase una vez un mundo de figuras cuadradas. Así es que las puertas, los asientos, la ropa, los sombreros, los platos, los vasos, los libros, las camas, los baños, los coches, los lentes, los cubiertos, los celulares, los columpios, los camiones, los sillones, las computadoras, los collares, las casas, las plumas, los lápices, los cuadernos, los refrigeradores y todos los artefactos estaban hechos para ser usados por figuras cuadradas. También había círculos, pero eran mucho menos. Desafortunadamente, los cuadrados no se ponían a pensar que los círculos no podían entrar por las puertas cuadradas, ni sentarse en el asiento cuadrado del camión, ni usar ropa cuadrada o un sombrero pues no entraba en su cabeza circular. Todo estaba hecho específicamente para figuras cuadradas. De hecho, los cuadrados pensaban que haber nacido con figura circular era un defecto. Los círculos se quedaban en sus casas, pues no podían salir a disfrutar de su ciudad ya que no había nada hecho para ser utilizado por los círculos. Un buen día, un cuadrado llamado José, se dio cuenta que no había círculos por la ciudad y se puso a investigar. Observó a su vecina Julia de figura circular y vio que le costaba mucho trabajo subirse al camión con entrada pequeña y cuadrada de tal manera que ella prefirió regresar a casa algo triste y enojada. Inmediatamente José cruzó la calle y le fue a preguntar por qué casi no salía a disfrutar de su ciudad, entonces Julia le contó que le era muy difícil salir porque muchos cuadrados se le quedaban viendo como si fuera alguna figura mal hecha, que entrar en el asiento del camión era prácticamente imposible, que llevar ropa para cuadrados le causaba cierta humillación pues se veía muy extraña, que el trato que recibía no era digno pues pareciera que lo que ella necesitaba no era importante, etc., etc. José estaba muy sorprendido, llevaban muchos años de vecinos y nunca se había fijado en cómo la pasaba su vecina. Al día siguiente José y Julia se reunieron con otros círculos para

conocer cómo vivían todos los días en un mundo de cuadrados. Julia, José y sus amigos se propusieron hacer un mundo más incluyente, en el que todos, círculos y cuadrados y otras figuras, pudieran gozar de su ciudad y hacer todas las cosas que deseaban, independientemente de la figura que tuviera su cuerpo. Para ello, necesitaban hacer todas las cosas del mundo accesibles para todas las figuras existentes y así tener las mismas oportunidades que todos de tener un vida buena y de calidad. Era lo justo. Era lo correcto. Julia y José se dieron cuenta que observar y conocer el mundo de otros, nos ayuda a construir un mundo para todos.

La historia de Isaac e Iris

Isaac e Iris eran mellizos, ambos eran amados inmensamente por sus padres. Sin embargo, Isaac había nacido con una discapacidad física, por lo que requería de una atención mayor y diferente a la que le daban a Iris. Iris nunca pensó que había algo mal con su hermano, en realidad lo amaba muchísimo, era su mejor amigo; pero en momentos Iris se sentía celosa, porque pensaba que Isaac era más amado que ella por sus padres por toda la atención que recibía, ella no entendía por qué él era más cuidado y protegido que ella, y eso la hacía enojar. Un día Isaac e Iris se encontraban jugando juntos cuando llegaron sus padres a la habitación, ellos dijeron:

- Isaac, es hora de irnos a tus clases, recoge tus juguetes ahora o llegarás tarde. Iris, te quedarás con la abuela, puedes jugar con ella en lo que regresamos.

Isaac procedió a guardar sus juguetes y cuando iba a despedirse de Iris, ella se alejó y comenzó a discutir con sus padres.

- ¿Por qué tengo que quedarme yo aquí? ¡Yo también quiero a una de esas clases! ¡No es justo que ustedes me dejen aquí aburriéndome y se lleven a Isaac a jugar!

Los papás quedaron atónitos ante el comentario tan agresivo de Iris, por lo que le preguntaron:

- Iris, ¿por qué dices eso?

- ¡Porque ustedes no me trata igual que a Isaac! ¿Acaso no me quieren?

- Claro que te queremos Iris, sólo que el trato que recibe Isaac es diferente, por la discapacidad que tiene pero nunca hemos pensado en amarlo de una manera diferente a la que te amamos a ti"

- No lo entiendo, no nos están tratando igual, él recibe toda la atención.

- Tienes que considerar Iris, que tu hermano tiene necesidades diferentes a las tuyas, dar un trato igual significa considerar estas diferencias para que él pueda tener las mismas oportunidades que tú, pero eso no significa que el trato que te damos no sea justo, simplemente nos ajustamos a las necesidades que tienes tú, para que puedas vivir feliz, así lo mismo con Isaac.

Iris entonces comprendió que todo ese tiempo sus celos estaban injustificados, porque realmente sus padres los amaban de la misma manera, pero los cuidaban de diferente forma. Procedió a disculparse con Isaac y con sus padres por su comportamiento impulsivo. Desde ese entonces Iris comprendió que la igualdad incluye considerar las diferentes necesidades de las personas. Siempre que puedas reconocer y atender estas diferencias, te aseguras que las estás tratando de manera igualitaria y digna.

Los habitantes del otro lado del río

Hace muchos años en un pueblo llamado Búbalo vivían unos habitantes que se caracterizaban por ser muy buenos haciendo leyes justas para todos. Decidieron que toda persona era considerada como igual y que todos tenían el mismo derecho a tener una vida propia y de calidad. Todos los habitantes estaban muy felices con estas leyes.

Un día lluvioso algo terrible sucedió. El río se desbordó de tal manera que una buena parte de la población quedó del otro lado de donde estaba el pueblo. Todos pensaron que pronto todo esto pasaría y que el río tomaría otra vez su cauce, pero no sucedió así. Seguía pasando el tiempo y los habitantes del otro lado del río fueron acostumbrándose

a no usar los servicios que se ofrecían en el pueblo, se acostumbraron a no ir al cine, a no ir a la tienda del pueblo,

a no ir a la escuela, a no tener un trabajo en el pueblo, a vivir apartados. De hecho, los habitantes dentro del pueblo también ya se habían acostumbrado a que no estuvieran presentes los habitantes del otro lado del río. Los gobernantes seguían diciendo que todos tenían derecho a los servicios del pueblo.

Un buen día, uno de los habitantes del otro lado del río se puso a pensar, que no servía de mucho tener todos esos derechos si no tenían acceso a ellos. Así es que, sin más, decidieron construir algo que les permitiera cruzar el río y acceder al pueblo: un puente. Un puente para poder pasar del otro lado y gozar de su comunidad como todos los demás. Se organizaron entre ambos lados para poder construir ese puente. Una vez que lo construyeron, hicieron una gran fiesta porque todos los habitantes estaban otra vez reunidos ejerciendo sus derechos y aportando a su comunidad. Desde entonces, el pueblo de Búbalo, es más justo y más fuerte.

Dinámica: Somos únicos, irrepetibles e insustituibles para el mundo

Materiales:

- Un rompecabezas para cada participante, no demasiadas piezas (aprox 20) para que les dé tiempo de armarlo.
- Un lugar cómodo para armar su rompecabezas
- Orador o guía para la dinámica
- Dispositivo para escuchar música

Instrucciones:

1. Cada participante deberá sentarse en un lugar cómodo
2. El orador deberá reproducir música tipo ambiente o meditación
3. El orador le pedirá a los participantes que saquen su rompecabezas y lo armen
4. Después de 10 minutos, o cuando la mayoría del grupo haya terminado, se les pedirá que lo observen y nos digan si así ya está completo (la idea es que todos estén completos)
5. El orador les pedirá que observen si hay alguna pieza que sea exactamente igual.
6. El orador pasará con cada participante a tomar 2 piezas de su rompecabezas y les preguntará: “¿está completo tu rompecabezas?”. Al responderle que no, les pedirá que intenten llenar el hueco de las piezas faltantes con alguna de las piezas que ya tienen. Al no poder hacerlo les dirá la siguiente reflexión: “Cada ser humano es una pieza de un mismo rompecabezas (la humanidad). Ninguna es más importante que otra o más valiosa que otra, ninguna es igual. No se espera que lo sea, no se desea que lo sea, pues cada pieza tiene una función distinta, es única, irrepetible e irremplazable. Si alguna falta, el rompecabezas no está completo, no cumple su función. Excluir a un grupo de piezas (personas) porque son diferentes a las demás piezas (personas) es un absurdo.
7. Se les invita a reflexionar.

Dinámica: Lo que ha quedado intacto

Materiales:

- Una hoja
- Un lápiz o pluma para escribir
- Un lugar cómodo para reflexionar
- Orador o guía para la dinámica
- Dispositivo para escuchar música

Instrucciones:

1. Cada participante deberá sentarse en un lugar cómodo donde pueda escribir
2. El orador deberá reproducir música tipo ambiente o meditación.
3. El orador les pedirá que escriban una lista de todas las cosas que quisieran lograr o tener en un futuro y una lista de las personas que son valiosas e importantes en su vida.
4. Posteriormente les pedirá que pongan una estrella a aquellas cosas que aún pueden lograr y a las personas que aún estarán presentes en sus vidas a pesar de su discapacidad / enfermedad / o situación económica.
5. Se les invita a reflexionar, sobre todo aquello que ha quedado intacto, más allá de las limitaciones que pudieran tener enfatizando que nada nos determina, que somos mucho más que una discapacidad, una enfermedad o una situación económica.



Dinámica: Atínale a mis vacaciones

Materiales:

- Un hoja
- Un lápiz o pluma para escribir
- Un lugar cómodo para poner todo el material
- Orador o guía para la dinámica

Instrucciones:

- Pedirle a los participantes que se pongan en parejas que no conozcan y se sienten frente a frente
- Pedir que escojan un número 1 ó 2
- El orador les pedirá que pregunten el nombre de su compañera o compañero
- El orador les explicará que no deben platicar ni preguntar a su compañero ningún tipo de información.
- Les pedirá a los números 1 que, sin preguntar nada, escriban en su hoja un plan de 5 días con lugar, tipo de hotel, tipo de comida a consumir y 5 actividades para las siguientes vacaciones anuales de su compañero (dar 5 minutos)
- Ahora el orador le pedirá a los números 2 que también sin preguntar nada, escriban en su hoja un plan de 5 días con lugar, tipo de hotel, tipo de comida a consumir y 5 actividades para las siguientes vacaciones de su compañero (dar 5 minutos)
- Ya que hayan terminado les pedirá que lean a su compañero el plan que le hicieron para sus próximas vacaciones
- El orador preguntará quién le ATINÓ a los gustos y preferencias de su compañero en cuanto a las vacaciones que deseaban y quien NO le ATINÓ.
- Se les invita a reflexionar, que muchas veces tomamos decisiones por las PcDI, pero atinarle a lo que les proporciona mayor satisfacción y calidad de vida es prácticamente imposible, si no les preguntamos directamente, aún pensando que les conocemos.



Poesías para reflexionar Elisabeth Lukas

¿Cuán libre soy?
Preguntó el hombre a su Creador.

Yo no puedo rechazar mi cuerpo
Yo no puedo renegar de mis ancestros.
Yo no puedo desaparecer de mi entorno.
Yo no puedo escapar de mi tiempo.

Tú no eres libre de tus condiciones, él contestó.
Pero tú eres libre de elegir una actitud ante tus condiciones.

Y eso es lo máximo
que jamás he concedido



Poesías para reflexionar Elisabeth Lukas

¿Qué es el hombre?
No hay respuesta porque hay millones de respuestas.

Es loco, y superinteligente.
Es una bestia y un santo.
Es tan primitivo como un animal y aún así, un ser espiritual.

Entonces, ¿qué es el hombre?
Hay una respuesta:
Es la criatura que se define a sí misma.



ESTRATEGIA 9

Comparte estos cuentos y dinámicas con las personas que forman parte del entorno más cercano a la persona con discapacidad intelectual con quien convives.



En resumen

Estrategias sugeridas

-  **Estrategia 1:**
Observa, escucha atenta y pacientemente a las personas con discapacidad intelectual. Piensa si a ti te gustaría que te traten como tú u otras personas las tratan. Pregúntales cómo se sienten y así conocerás y comprenderás mejor su mundo.
-  **Estrategia 2:**
Reflexiona y cuestiona los mitos y creencias que tienes tú, tu familia o tus amigos sobre las personas con discapacidad intelectual y si pueden estar afectando tu manera de tratarlos.
-  **Estrategia 3:**
Cuando estés frente a una PcDI, piensa en todo lo que te hace igual a ella. Que todos queremos ser respetados, que todos queremos que nos tomen en cuenta y tomar decisiones por nosotros mismos, que todos somos personas únicas e irremplazables para el mundo, dignas por naturaleza, imperfectas y falibles, libres y responsables de elegir nuestra postura ante las cosas que nos suceden, en proceso, siempre con la posibilidad de ser mejores.
-  **Estrategia 4:**
Conoce los derechos de las personas con discapacidad y brinda un trato digno respetándolos.
-  **Estrategia 5:**
En lugar de decir que una PcDI no puede hacer algo o de lanzar un juicio sobre su comportamiento, piensa en términos de los APOYOS QUE NECESITA para poder lograrlo y para poder acceder a todos sus derechos, como cualquier persona.
-  **Estrategia 6:**
Reflexiona a) si conoces los derechos de las personas con discapacidad, b) si puedes brindar los apoyos que la persona necesita para poder acceder a sus derechos, c) si tu relación con la persona es entre iguales d) pregúntale si tus acciones representan para ella un trato digno.
-  **Estrategia 7:**
Asegúrate que la o las PcDI con las que te relacionas cuentan con un plan de vida que les proporcione calidad de vida e inclusión y que esté centrada en sus intereses, además de un plan de apoyo conductual si lo requiere. Recibe formación en el modelo de apoyo conductual positivo para prevenir y saber responder ante conductas problemáticas, de una manera que dignifique a la persona.
-  **Estrategia 8:**
Platica con las personas con discapacidad intelectual que conozcas, con tus familiares o colegas de tu institución acerca de este decálogo y cuélgalo en una pared visible de tu casa o tu oficina.
-  **Estrategia 9:**
Comparte los cuentos y dinámicas con las personas que forman parte del entorno más cercano a la persona con discapacidad intelectual con quien convives.

BIBLIOGRAFÍA

Centro de Documentación y Estudios SIIS. Fundación Eguía-Careaga (2011): Buenas prácticas en atención a personas con discapacidad intelectual. Vivir mejor. Apoyo Conductual Positivo. Ed. Diputación Foral de Álava.

Carr, Edward, (2011): Positive Behavior Support: Philosophy, Methos, Outcomes. Siglo Cero Vol. 29 (5) pgs 5-9

Fondo de población de las naciones unidas, (2019): Visibilizar, incluir, participar. Estrategia vip. Orientaciones para promover los derechos de las personas con discapacidad en el trabajo del fondo de población de las naciones unidas en américa latina y el caribe 2019-2021

Frankl E. Viktor (1987). El hombre doliente. Fundamentos antropológicos de la psicoterapia. Herder, Barcelona, p. 77.

Frankl, E. Viktor (2000). Fundamentos y aplicaciones de la Logoterapia. San Pablo. Argentina. p. 36.

Frankl, E. Viktor (2008), citado por E. Lukas en: Viktor E. Frankl, El sentido de la vida, Plataforma editorial, Barcelona, p. 127.

Instituto de mayores y servicios sociales (2011): Modelo de calidad de vida aplicado a la atención residencial de personas con necesidades complejas de apoyo. La toma de decisiones para el desarrollo de su proyecto de vida

Muntadas Peiro, Teresa (2009): El entorno como factor de inclusión. Ed. CEDES

Organización de Naciones Unidas (2008). Convención sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad. México

Tamarit, J. (2005). "Discapacidad Intelectual", en M.G. Milla y F. Mulas (coords.), Manual de atención temprana, Valencia, Promolibro, pp. 663-682.

Unikel, A. (2014). Pensar la logoterapia. Invitación para un trabajo terapéutico actualizado, ed. LAG pp. 149-205.

Páginas de internet

<https://www.good-deeds-day.org/es/mitos-discapacidad-intelectual/>



<https://www.un.org/esa/socdev/enable/documents/tccconvs.pdf>



https://www.plenainclusion.org/sites/default/files/convencion_onu_lf.pdf



Patonato: **Presidente** Alberto Miranda Mijares / **Vicepresidente** María Guadalupe Quijano Orvañanos / **Secretario** Fernando Moreno Gómez de Parada / **Prosecretario** Javier Agustín Quijano Orvañanos / **Tesorero** Luis Conrado Cerda González / **Vocal** Ernesto José Velasco León / **Vocal** María de Montserrat de la Luz Vidal Saldaña / **Vocal** Juan Rodolfo Vidal Saldaña / **Vocal** Mónica Buenrostro Perdomo.

Taide Buenfil Garza / **Dirección General de CONFE**

Mónica J. Zampella / **Dirección Centro CONFE**

Angélica de la Medina Cano / **Coordinadora de contenidos**

Ana Karen Vázquez Villegas/ **Diseño editorial**

COLABORADORES: ALBERT LLORENTE MÓNICA YOLANDA / ÁVALOS GARCÍA IRMA / BARRERA GARCÍA MARIO ALBERTO / CABALLERO CELÍS MARICRUZ / CAMACHO ARROYO JOSÉ GUILLERMO / CANUL VILLALOBOS CARMEN IX-CHEL / CASTRO CASTRO ESPERANZA SUGEY / CASTRO MAYA MARÍA FERNANDA / CISNEROS PIÑA FLOR LILIANA / COSÍO CAMACHO MÓNICA / DAMIÁN MANCERA GRACIELA / FEREGRINO ALVA JÉSSICA ÉRIKA / FERNÁNDEZ RIONDA MARÍA DEL PILAR / FIGUEROA VILCHES EMMA / FLORES CONSUEGRA SAMARA / FLORES DE LA VEGA DE VELASCO GUILLERMO / GALICIA AGAPITO JULIO CÉSAR / GARCÍA GACHUZ GERARDO / GARCÍA GUTIÉRREZ MARÍA LUISA / GARCÍA TORRES JOSÉ ROBERTO / HERNÁNDEZ AGUILAR HERLINDA / HERNÁNDEZ ESCOBAR GUADALUPE / HERNÁNDEZ HERNÁNDEZ GABRIELA / HERNÁNDEZ LUNA VALERIA YOLANDA / HERNÁNDEZ MARTÍNEZ GUILLERMO / JIMÉNEZ CABRAL PATRICIO / JIMÉNEZ SIERRA BRENDA BERENICE / JIMÉNEZ MARTÍNEZ FELIPE DE JESÚS / JORDÁN HERREJÓN MARÍA DEL CARMEN / JUÁREZ GONZÁLEZ PERLA MARGARITA / JUÁREZ HERNÁNDEZ CARLOS / LASTRA ALVARADO FLAVIO ROBERTO / LAZO MARTÍNEZ GILBERTO / LEÓN METEHUALA TANIA / LOAIZA MACÍAS AGUSTÍN / LÓPEZ FLORES MARÍA FERNANDA / LÓPEZ MEJÍA BALBINA ARACELI / LÓPEZ MORALES GONZALO / MALDONADO FIGUEROA LETICIA / MARTÍNEZ LOAIZA JUAN ENRIQUE / MARTÍNEZ MUÑOZ OSVALDO JAFET / MARTÍNEZ OLIVARES GABRIELA / MARTÍNEZ ROMO MARÍA CAROLINA / MORALES CASAS IVÁN / MORALES RANGEL CÉSAR HUGO / MORALES SOLORIO VÍCTOR MANUEL / MORENO VARGAS MARIA GUADALUPE DE LOURDES / MUROW TROICE ANA BERTHA / NAVA GARCES BULMARO / NÚÑEZ GARCÍA PABLO / OLVERA SÁNCHEZ VÍCTOR MANUEL / OROZCO HERNÁNDEZ LUIS RICARDO / OSEGUERA RIVAS MARÍA FERNANDA / PÉREZ MÉNDEZ CLAUDIA INÉS / PULIDO TORRES ARACELI / RAMÍREZ CALVA CATALINA SALUSTIA / RAMÍREZ MANCERA FRANCISCO JOSÉ / RAMÍREZ SANDOVAL BRENDA / RAMOS OCHOA PAOLA JAZMÍN / ROBERTO FLOR RICARDO / ROCHA PIÑA MIRTA ELENA / ROMERO CRUZ LUIS ISIDRO / ROMERO REYES LAURA ALEJANDRA / ROQUE CORTÉS ALEJANDRA / ROSAS BARRIENTOS ERNESTO MARTÍN / SAENZ ARROYO ELENA / SALINAS AGUIRRE IXIM QUITZE / SÁNCHEZ BERNAL SUSANA MARINA / SÁNCHEZ CRUZ CYNTHIA ELÍZABETH / SÁNCHEZ C. ELVIA MARÍA / SÁNCHEZ GARCÍA PATRICIA / SÁNCHEZ MEJÍA MIGUEL ÁNGEL / SÁNCHEZ PEDRAZA ISABEL / SÁNCHEZ RODRÍGUEZ GLORIA / SANTOS DE NOVA NANCY / VARGAS ESPARRAGOZA ADRIANA / VÁZQUEZ MARÍN JOSÉ LUIS / VERA BLAS ASTRID ISABEL / VIDAL SALDAÑA MARÍA DE MONTSERRAT DE LA LUZ / WILLIAMS BOTELLO LUIS ALBERTO / ZAVALA MARTÍNEZ REBECA ALCIRA.



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

Biznaga 43, Col. Las Palmas, Álvaro Obregón, C.P. 01110, CDMX.

www.confe.org Tel. 55 6732 66 00



Conocé más

SÍGUENOS



@confe_org



**INSTITUCIONALIDAD
Y TRANSPARENCIA**
Cemefi