



MUNDO é VOCÊ quem FAZ!



## Dicas de relacionamento

Pessoas com deficiência



PREFEITURA DA CIDADE

**São José dos Campos**

*Orgulho da gente.*



# Por que Pessoa com deficiência?

Ao longo do tempo foram produzidos termos totalmente inadequados como: inválido, Down, ceguinho, aleijado, deficiente, excepcional, portador, etc.

Nunca use esses termos! A melhor maneira é chamar pelo nome, e ao usar uma expressão, use Pessoa com Deficiência.

Considera-se Pessoa com Deficiência aquela que tem impedimentos de longo prazo – de natureza física, intelectual ou sensorial – que, em interação com diversas barreiras, pode ter restringida sua participação plena e efetiva na sociedade.

Assessoria de Políticas para Pessoa com Deficiência (APDE)

Criada em 3 de Abril de 2009 a APDE tem por finalidade articular, apoiar e realizar ações em favor das pessoas com deficiência ou com mobilidade reduzida.

# Alguns conceitos alusivos à deficiência

O termo deficiência significa uma restrição física, intelectual ou sensorial – de natureza permanente ou transitória – que limita a capacidade de exercer uma ou mais atividades essenciais da vida diária, causada ou agravada pelo ambiente econômico e social.

## Deficiência Intelectual

Funcionamento intelectual significativamente inferior à média, com manifestação antes dos 18 anos e limitações associadas a duas ou mais áreas de habilidades adaptativas, tais como: comunicação, cuidado pessoal, habilidades sociais, utilização dos recursos da comunidade, saúde e segurança, habilidades acadêmicas, lazer, trabalho.

## Deficiência Visual

Cegueira, na qual a acuidade visual é igual ou menor que 0,05 no melhor olho, com a melhor correção óptica.

As pessoas com Baixa Visão são aquelas que, mesmo usando óculos comuns, lentes de contato ou implantes de lentes intraoculares, não conseguem ter uma visão nítida, verificados por exame (acuidade visual entre 0,3 e 0,05 no melhor olho, com a melhor correção óptica).

## **Deficiência Física**

Alteração completa ou parcial de um ou mais segmentos do corpo humano, acarretando o comprometimento da função física, que se apresenta sob a forma de plegias, paresias, ostomia, amputação ou ausência de membro, Paralisia Cerebral, nanismo, membros com deformidade congênita ou adquirida. Não estão incluídas as deformidades estéticas e as que não produzam dificuldades para o desempenho de funções.

## **Deficiência Auditiva**

É a redução ou perda bilateral da capacidade para ouvir sons, a qual varia em intensidade, de acordo com a classificação abaixo.

### **NÚMERO DE DECIBÉIS E NÍVEL DE SURDEZ**

25 a 40: leve

41 a 55: moderada

56 a 70: acentuada

71 a 90: severa

Acima de 91: profunda

Para fins de lei de cotas considere-se o nível de surdez de moderado a profundo.

## **Deficiência Múltipla**

De acordo com a Organização Mundial de Saúde, é a presença de duas ou mais deficiências associadas.

## Dicas de relacionamento

Algumas situações podem parecer embaraçosas, as quais dependem muito da forma como você lidará com elas. Nunca subestime a eficiência de uma pessoa com deficiência, nem superestime as dificuldades dela. Ter uma deficiência não faz com que uma pessoa seja melhor ou pior, mas somente que ela precisa de algum tipo de adaptação para suas necessidades.

Antes de oferecer ajuda a uma pessoa com deficiência, pergunte como fazer?. E, não se sinta mal, caso haja recusa de sua ajuda. Muitas pessoas com deficiência querem e podem desempenhar todas as atividades sozinhas. Gestos simples fazem toda a diferença.

### **Deficiência Intelectual**

Você está diante de uma pessoa que quer e pode ser feliz. Se for um bebê, brinque com ele, como você faria com qualquer outro da mesma idade. Não se revista de dó ou culpa. Aja naturalmente!

Descubra nele os encantos que todos os bebês têm.

Se for uma criança, brinque com ela. Converse, dê atenção.

Tudo isso é uma importante fonte de estimulação.

Crianças com deficiência intelectual também precisam ser incentivadas a participar e interagir com as outras pessoas.

Seja natural e diga palavras amistosas. Evite a superproteção.

## **Paralisia Cerebral**

Geralmente a pessoa é mais vagarosa naquilo que faz como: andar, falar, pegar coisas. É muito importante respeitar o ritmo dela. Tenha paciência ao ouvi-la, pois a grande maioria tem dificuldade na fala.

Há pessoas que confundem esta dificuldade e o ritmo lento com deficiência intelectual. Não a trate como uma criança ou um incapaz. Ela não tem doença grave ou contagiosa, pois a Paralisia Cerebral é ocasionada por uma lesão no cérebro imaturo.

## **Deficiência Física**

Ao conversar com uma pessoa em cadeira de rodas, por algum tempo, abaixe-se para que você e ela fiquem com os olhos num mesmo nível. Para quem está sentado, é incômodo ficar olhando para cima o tempo todo. Não se apoie na cadeira de roda e não movimente a cadeira sem antes pedir permissão.

Não se acanhe em usar palavras como “andar” e “correr”. Os cadeirantes também empregam esses mesmos termos.

## Deficiência Visual

Se parecer que a pessoa com deficiência visual está precisando de ajuda, identifique-se e faça-a perceber que você está falando com ela. Para guiá-la, espere que ela segure em seu braço para acompanhar o movimento do seu corpo, enquanto você vai andando.

Sempre que se ausentar ou terminar uma conversa avise a pessoa, caso contrário ela ficará falando sozinha. Utilize naturalmente termos como: cego, ver e olhar. Os cegos também os utilizam.

### Sistema de escrita em Braille:

•	••	•••	••••	•••	••••	•••••	••••••
a	b	c	d	e	f	g	h
••	•••	••••	•••••	••••••	•••••••	••••••••	•••••••••
i	j	k	l	m	n	o	p
••••	•••••	••••••	•••••••	••••••••	•••••••••	••••••••••	•••••••••••
q	r	s	t	u	v	x	z

## Deficiência Auditiva

Para iniciar uma conversa, acene ou toque levemente em seu braço.

Fale de maneira clara. Use sua velocidade e tom de voz normal, a não ser que a pessoa peça para falar mais devagar ou mais alto.

Fale diretamente com a pessoa, não de lado ou atrás dela.

Faça com que sua boca esteja bem visível.

Fale com expressão. Como elas não podem ouvir mudanças de tom que indicam sarcasmo ou seriedade, muitas delas vão depender de suas expressões faciais, seus gestos e movimentos do corpo para entender o que você está dizendo.

## Libras (Língua Brasileira de Sinais)



a



b



c



d



e



f



g



h



i



j



k



l



m



n



o



p



q



r



s



t



u



v



x



z

## **Vale a pena lembrar:**

- **Motorista, não estacione em frente às guias rebaixadas nas calçadas.**
- **Respeite as vagas das pessoas com deficiência e idosos.**
- **Não atrapalhe a livre circulação das calçadas com cadeiras, mesas e lixeiras.**
- **Nas reformas e construções observe os critérios de acessibilidade.**
- **Colabore com o Programa Calçada Segura.**

**Acesse o site [www.sjc.sp.gov.br/apde](http://www.sjc.sp.gov.br/apde)**

**Telefone: (12) 3947-8806**





PREFEITURA DA CIDADE

**São José dos Campos**

*Orgulho da gente.*