

## **DICAS DE RELACIONAMENTO COM PESSOAS COM DEFICIÊNCIA**

### **COMO DESIGNAR PESSOAS COM DEFICIÊNCIA?**

A maioria das pessoas, inclusive as com deficiência, muitas vezes utilizam termos conceitualmente inadequados para designar pessoas que possuem alguma deficiência.

Alguns desses termos, que um dia já foram oficiais, como "deficientes", "pessoas deficientes", "portadoras de deficiência" ou "portadoras de necessidades especiais", persistem no tempo, na memória coletiva, sendo muitas vezes preservados e reafirmados pelos títulos de entidades civis e governamentais que não têm como se livrar de burocracias oficiais para atualizarem seus nomes. Um exemplo disso é a Associação de Assistência à Criança Defeituosa - AACD, hoje denominada Associação de Assistência à Criança Deficiente.

Alguns argumentos são repetidos entre pessoas com deficiência a respeito das inúmeras designações atribuídas a elas, como a de que "deficiente" não se remete à deficiência que se tem, mas à qualidade de não ser eficiente.; que "pessoa deficiente" acentua uma qualidade de ineficiência na pessoa; que, caso se portasse uma deficiência, poder-se-ia deixá-la em casa e partir sem ela e que, assim, não se porta ou não uma deficiência, tem-se uma deficiência; que "portadores de necessidades especiais", após tanta luta pela igualdade na diferença, que ser "especial" exclui a pessoa do todo, da igualdade, remetendo-se somente à diferença. Por outro lado, "pessoa com deficiência" reproduz uma verdade, que é a de se ter uma deficiência, aliada ao fato de que essa deficiência é de uma pessoa. Dessa forma, pessoas com deficiência, alunos com deficiência, trabalhadores com deficiência é o que vem sendo utilizado por pessoas que se interessam pelo assunto e pelo conceito.

A Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência, aprovada pela Assembleia da ONU em 2006, assinada pelo Brasil e outros cerca de 80 países em 2007 e ratificada em 2008 pelo Congresso Nacional, foi criada por governos, instituições civis e pessoas com deficiência de todo o mundo e acabou por oficializar o termo "pessoas com deficiência" em seu próprio título, além de o reafirmar em todos os seus artigos, especialmente no artigo de número 1:

*O propósito da presente Convenção é o de promover, proteger e assegurar o desfrute pleno e equitativo de todos os direitos humanos e liberdades fundamentais por parte de todas as pessoas com deficiência e promover o respeito pela sua inerente dignidade.*

*Pessoas com deficiência são aquelas que têm impedimentos de natureza física, mental, intelectual ou sensorial, os quais, em interação com diversas barreiras, podem obstruir sua participação plena e efetiva na sociedade com as demais pessoas.*

Esse texto procura incentivar o uso da terminologia correta, oficial e proposta pelas próprias pessoas com deficiência que colaboraram na construção desse fantástico tratado de Direitos Humanos que é a Convenção sobre os Direitos da Pessoa com Deficiência e que, aos poucos, vai se espalhando pelo mundo.

Em geral, a pessoa com deficiência, que é caracterizada por sua fragilidade e não por suas qualidades, vai conseguindo se mostrar a todos, antes por ser pessoa do que por possuir uma deficiência. Entretanto este é um processo de lenta assimilação, onde a linguagem possui o seu papel de reveladora de conceitos, mitos, evolução e transformação. Dessa forma, o termo "pessoas



com deficiência" está, nesse momento, revelando-se como um ponto da história em que pessoas que têm deficiências se integram à sociedade e esta as inclui.

Assim, Maria Isabel da Silva, em seu artigo em que este texto foi baseado, expressa o papel da linguagem no revelar do olhar da sociedade sobre as pessoas com deficiência: " A construção de uma verdadeira sociedade inclusiva passa também pelo cuidado com a linguagem. Na linguagem se expressa, voluntária ou involuntariamente, o respeito ou a discriminação em relação às pessoas com deficiência. Por isso, vamos sempre nos lembrar que a pessoa com deficiência antes de ter deficiência é, acima de tudo e simplesmente: pessoa."

Texto extraído do site: (<http://www.bengalalegal.com/pessoas-com-deficiencia>)

## **COMO LIDAR COM PESSOAS COM DEFICIÊNCIA?**

Muitas pessoas não deficientes ficam confusas quando encontram uma pessoa com deficiência. Isso é natural. Todos nós podemos nos sentir desconfortáveis diante do "diferente".

Esse desconforto diminui e pode até mesmo desaparecer quando existem oportunidades de convivência entre pessoas deficientes e não deficientes.

Não faça de conta que a deficiência não existe. Se você se relacionar com uma pessoa deficiente como se ela não tivesse deficiência, você vai ignorar uma característica muito importante dela. Dessa forma, você não estará se relacionando com ela, mas com outra pessoa, uma pessoa que você inventou e que não é real.

Aceite a deficiência. Ela existe e você precisa levá-la na sua devida consideração. Não subestime as possibilidades, nem superestime as dificuldades, e vice-versa.

As pessoas com deficiência têm o direito, podem e querem tomar suas próprias decisões e assumir a responsabilidade por suas escolhas. A isso chamamos de **empoderamento** das pessoas com deficiência, ou seja, o fato de tomarem o poder de suas próprias vidas.

Ter uma deficiência não faz com que uma pessoa seja melhor ou pior do que uma pessoa não deficiente.

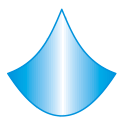
Provavelmente, por causa da deficiência, essa pessoa pode ter dificuldade para realizar algumas atividades e por outro lado poderá ter extrema habilidade para fazer outras coisas. Exatamente como todo mundo. Pessoas com deficiência são iguais na diferença que as caracterizam.

A maioria das pessoas com deficiência não se importa de responder a perguntas, principalmente aquelas feitas por crianças, a respeito da sua deficiência e como ela realiza algumas tarefas. Mas, se você não tem muita intimidade com a pessoa, evite fazer muitas perguntas e muito menos, perguntas íntimas.

Quando quiser alguma informação de uma pessoa deficiente, dirija-se diretamente a ela e não a seus acompanhantes ou intérpretes.

Sempre que quiser ajudar, ofereça ajuda. Sempre espere sua oferta ser aceita, antes de ajudar. Sempre pergunte a forma mais adequada para fazê-lo.

Mas, não se ofenda caso seu oferecimento seja recusado. Pois nem sempre as pessoas com deficiência precisam de auxílio. Às vezes, uma determinada atividade pode ser mais bem desenvolvida sem assistência.



Se você não se sentir confortável ou seguro para fazer alguma coisa, seria conveniente procurar outra pessoa que possa ajudar.

As pessoas com deficiência são pessoas como você. Têm os mesmos direitos, os mesmos sentimentos, os mesmos receios, os mesmos sonhos.

Você não deve ter receio de fazer ou dizer alguma coisa errada. Aja com naturalidade e tudo vai dar certo.

Caso ocorra alguma situação embaraçosa, uma boa dose de delicadeza, sinceridade e bom humor nunca falham.

## **PESSOAS COM DEFICIÊNCIA VISUAL**

Nem sempre as pessoas cegas ou com deficiência visual precisam de ajuda. Caso você encontre uma que pareça estar em dificuldades, identifique-se, faça-a perceber que você está falando com ela. Para isso, você pode, por exemplo, tocar-lhe levemente no braço, e ofereça seu auxílio. Nunca ajude sem perguntar antes como deve fazê-lo.

Caso sua ajuda como guia seja aceita, coloque a mão da pessoa no seu cotovelo dobrado. Ela irá acompanhar o movimento do seu corpo enquanto você vai andando.

É sempre bom você avisar, antecipadamente, a existência de degraus, pisos escorregadios, buracos e obstáculos em geral durante o trajeto.

Num corredor estreito, por onde só é possível passar uma pessoa, coloque o seu braço para trás, de modo que a pessoa cega possa continuar seguindo você.

Para ajudar uma pessoa cega a se sentar, você deve guiá-la até a cadeira e colocar a mão dela sobre o encosto da cadeira, informando se esta tem braço ou não. Deixe que a pessoa sente-se sozinha.

Ao explicar direções para uma pessoa cega, seja o mais claro e específico possível, de preferência, indique as distâncias em metros (Ex.: "uns vinte metros a sua frente.")

Algumas pessoas, sem perceber, falam em tom de voz mais alto quando conversam com pessoas cegas. A menos que a pessoa tenha, também, uma deficiência auditiva que justifique isso, não faz nenhum sentido gritar. Fale em tom de voz normal.

Ao responder uma pergunta à uma pessoa cega, evite fazê-lo com gestos, levantando e abaixando a cabeça para dizer sim e mexendo para à direita e para à esquerda para negar ou dizer não, nem mesmo aponte algum lugar com seu dedo indicador, lembre-se sempre que a pessoa cega não está vendo seus gestos.

Por mais tentador que seja acariciar um cão-guia, lembre-se de que esses cães têm a responsabilidade de guiar um dono que não enxerga. O cão nunca deve ser distraído de seu dever de guia com afagos, alimentos etc.

As pessoas cegas ou com visão subnormal são como você, só que não enxergam. Trate-as com o mesmo respeito e consideração que você trata todas as pessoas. No convívio social ou profissional, não exclua as pessoas com deficiência visual das atividades normais. Deixe que elas decidam como podem ou querem participar.



Proporcione às pessoas cegas ou com deficiência visual a mesma chance que você tem de ter sucesso ou de falhar.

Fique à vontade para usar palavras como “veja” e “olhe”. As pessoas cegas às usam com naturalidade.

Quando for embora, avise sempre ao deficiente visual, pois ele pode não perceber sua saída e continuar a falar contigo.

## **PESSOAS COM DEFICIÊNCIA FÍSICA**

É importante saber que para uma pessoa sentada, é incômodo ficar olhando para cima por muito tempo. Portanto, ao conversar por mais tempo do que alguns minutos com uma pessoa que usa cadeira de rodas, caso seja possível, lembre-se de se sentar. Desse modo, você e ela ficarão com os olhos no mesmo nível.

A cadeira de rodas (assim como as bengalas e muletas) é parte do espaço corporal da pessoa, quase uma extensão do seu corpo. Agarrar ou apoiar-se na cadeira de roda é como agarrar ou apoiar-se numa pessoa sentada numa cadeira comum. Isso, muitas vezes é simpático, se vocês forem amigos, mas não deve ser feito se vocês não se conhecem.

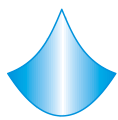
Nunca movimente a cadeira de rodas sem antes pedir permissão para a pessoa. Empurrar uma pessoa em cadeira de roda não é como empurrar um carrinho de supermercado. Caso você esteja empurrando uma pessoa sentada em uma cadeira de rodas e pare para conversar com outra pessoa, lembre-se de virar o cadeirante de frente, de modo que o mesmo também possa participar da conversa que contará com três participantes.

Ao empurrar uma pessoa em cadeiras de rodas, faça-o com cuidado. Preste atenção para não bater nas pessoas que caminham à frente. Para subir degraus, incline a cadeira para trás para levantar as rodinhas da frente e apoiá-las sobre a elevação. Para descer um degrau, é mais seguro fazê-lo de marcha à ré, sempre apoiando para que a descida seja sem solavancos. Para subir ou descer mais de um degrau em sequência, será melhor pedir ajuda de mais uma pessoa. Procure saber da existência de rampas.

Caso você esteja acompanhado de uma pessoa deficiente que anda devagar, com auxílio ou não de aparelhos ou bengalas, procure acompanhar o passo dela. Mantenha as muletas ou bengalas sempre próximas à pessoa deficiente. Se achar que ela está em dificuldades, ofereça ajuda e caso seja aceita, pergunte como deve fazê-lo. As pessoas têm suas técnicas pessoais para subir escadas, por exemplo, e, às vezes, uma tentativa de ajuda inadequada pode até mesmo atrapalhar. Outras vezes, a ajuda é essencial. Pergunte e saberá como agir e não se ofenda se a ajuda for recusada.

Se você presenciar um tombo de uma pessoa com deficiência, ofereça ajuda imediatamente. Mas, nunca ajude sem perguntar se quer ajuda e como deve fazê-lo.

Esteja atento para a existência de barreiras arquitetônicas quando for escolher uma casa, restaurante, teatro ou qualquer outro local que queira visitar com uma pessoa com deficiência física.



## **PESSOAS COM PARALISIA CEREBRAL**

Pessoas com paralisia cerebral podem ter dificuldades para andar, podem fazer movimentos involuntários com pernas e braços e podem apresentar expressões estranhas no rosto. Não se intimide com isso. São pessoas comuns como você. Geralmente têm inteligência normal, ou às vezes até acima da média.

Caso a pessoa tenha dificuldade na fala e você não compreenda imediatamente o que ela está dizendo, peça que repita. Pessoas com dificuldades desse tipo não se incomodam de repetir se necessário para que se façam entender.

Não se acanhe de usar palavras como “andar” e “correr”. As pessoas com deficiência empregam naturalmente essas mesmas palavras.

Quando você encontrar um Paralisado Cerebral, lembre-se que ele tem necessidades específicas, por causa de suas diferenças individuais. Para lidar com esta pessoa, temos as seguintes sugestões:

- É muito importante respeitar o ritmo do PC; usualmente ele é mais vagaroso no que faz, como andar, falar, pegar as coisas, etc.
- Tenha paciência ao ouvi-lo, a maioria tem dificuldade na fala. Há pessoas que confundem essa dificuldade e o ritmo lento com deficiência mental.
- Não trate o PC como uma criança ou como um incapaz.
- Lembre-se que o PC não é um portador de doença grave ou contagiosa, a paralisia cerebral é fruto da lesão cerebral, ocasionada antes, durante ou depois do nascimento, causando desordem sobre os controles dos músculos do corpo. Portanto, não é doença e nem tão pouco transmissível. É uma situação.

Trate a pessoa com deficiência com a mesma consideração e respeito com que você usa com as demais pessoas.

## **PESSOAS COM DEFICIÊNCIA AUDITIVA**

Não é correto dizer que alguém é surdo-mudo. Muitas pessoas surdas não falam porque não aprenderam a falar. Muitas fazem a leitura labial, outras não.

Quando quiser falar com uma pessoa surda, se ela não estiver prestando atenção em você, acene para ela ou toque, levemente, em seu braço.

Quando estiver conversando com uma pessoa surda, fale de maneira clara, pronunciando bem as palavras, mas não exagere. Use a sua velocidade normal, a não ser que lhe peçam para falar mais alto. Gritar nunca adianta.

Fale diretamente com a pessoa, não de lado nem atrás dela. Faça com que sua boca esteja bem visível. Gesticular ou segurar algo em frente à boca torna impossível a leitura labial. Usar bigode também atrapalha.



Quando falar com uma pessoa surda, tente ficar num lugar iluminado. Evite ficar contra a luz (de uma janela, por exemplo), pois isso dificulta ver o seu rosto. Se você souber de alguma linguagem de sinais, tente usá-la. Se a pessoa surda tiver dificuldade em entender, avisará. De modo geral, suas tentativas serão estimuladas e apreciadas.

Seja expressivo ao falar. Como as pessoas surdas não podem ouvir mudanças sutis de tom de voz que indicam sentimentos de alegria, tristeza, sarcasmo ou seriedade, as expressões faciais, os gestos e o movimento do seu corpo serão excelentes indicações do que você quer dizer.

Enquanto estiver conversando, mantenha sempre contato visual; se você desviar o olhar, a pessoa surda pode achar que a conversa já terminou.

Nem sempre a pessoa surda tem boa dicção. Se tiver dificuldade para compreender o que ela está dizendo, não se acanhe em pedir que ela repita. Geralmente, as pessoas surdas não se incomodam de repetir quantas vezes for preciso para que sejam entendidas.

Se for necessário, comunique-se através de bilhetes. O importante é se comunicar. O método não é importante.

Quando a pessoa surda estiver acompanhada de um intérprete, dirija-se à pessoa surda e não ao intérprete.

## **PESSOAS COM DEFICIÊNCIA DE ORALIZAÇÃO**

Algumas pessoas mudas preferem a comunicação escrita, algumas usam linguagem em código e outras preferem códigos próprios. Estes métodos de comunicação alternativa podem ser lentos, requerem paciência e concentração. Talvez você tenha que se encarregar de grande parte da conversa.

Tente lembrar que a comunicação é importante. Você pode ir tentando com perguntas cuja resposta seja sim/não. Se possível ajude a pessoa muda a encontrar a palavra certa, assim ela não precisará de tanto esforço para passar sua mensagem. Mas não fique ansioso, pois isso pode atrapalhar sua conversa.

Se a dificuldade de comunicação for extrema, como na surdocegueira, conheça as dicas no link <http://www.bengalalegal.com/surdocego>.

## **PESSOAS COM DEFICIÊNCIA INTELECTUAL**

Você deve agir naturalmente ao dirigir-se a uma pessoa com deficiência intelectual. Trate-as com respeito e consideração. Se for uma criança, trate-a como criança. Se for adolescente, trate-a como adolescente. Se for uma pessoa adulta, trate-a como tal. Não trate como criança aquelas pessoas que não o sejam.

Não as ignore. Cumprimente e despeça-se delas normalmente, como faria com qualquer pessoa. Dê atenção a elas, converse e vai ver como será divertido. Seja natural e diga palavras amistosas.



Não superproteja. Deixe que ela faça ou tente fazer sozinha tudo o que puder. Ajude apenas quando for realmente necessário.

Não subestime sua inteligência. As pessoas com deficiência mental levam mais tempo para aprender, mas podem adquirir muitas habilidades intelectuais e sociais.

Lembre-se: o respeito está em primeiro lugar e só existe quando há troca de ideias, informações e vontades. Por maior que seja a deficiência, lembre-se da eficiência da pessoa que está ali.

As pessoas com deficiência mental, geralmente, são muito carinhosas. Deficiência mental não deve ser confundida com doença mental.

## **CONHECENDO E APRENDENDO A LIDAR COM PESSOAS QUE APRESENTAM CRISES CONVULSIVAS**

A crise convulsiva ou convulsão ocorre devido a um aumento excessivo e desordenado da atividade elétrica das células cerebrais, nesse caso os neurônios. Esta atividade elétrica alterada é, em muitos dos casos, o causador das alterações motoras de uma crise convulsiva, muitas vezes caracterizada por movimentos desordenados, repetitivos e rápidos de todo o corpo. Além disto, a convulsão também pode ocasionar perda temporária de consciência, aumento da salivação, ranger de dentes, perda do controle do processo urinário e defecação.

As crises convulsivas nem sempre estão associadas com a epilepsia, pois diversos fatores podem desencadeá-la tais como: febre alta; diminuição do açúcar no sangue; desidratação; febre alta; pancadas fortes na cabeça; perda excessiva de sangue; tumores; intoxicações por álcool, medicamentos ou drogas ilícitas, dentre outros fatores...

Não é incomum as pessoas se assustarem ao se depararem com alguém tendo uma crise convulsiva e, em função disto, as mesmas sentem-se temerosas em auxiliar. No entanto, para aquele que sofre a convulsão a ajuda é de extrema importância, visto que durante o processo convulsivo o risco de lesões em decorrência da perda brusca ou muito rápida da consciência pode ocasionar queda desprotegida ao chão, o que pode gerar ferimentos e até mesmo fraturas.

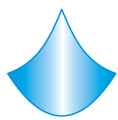
A crise convulsiva não é um processo contagioso ou transmissível, sendo assim, não há qualquer risco para aquele que auxilia um indivíduo nesta condição.

A epilepsia é a doença cerebral mais comum, atingindo todas as idades, raças, camadas sociais e nacionalidades.

As epilepsias constituem o distúrbio neurológico crônico mais comum. Estima-se que existam atualmente cerca de 8.000.000 de pessoas com epilepsia na América Latina, sendo que cerca de 3.500.000 delas não recebem tratamento médico adequado.

As repercussões sociais e psicológicas das epilepsias são enormes, assim como os problemas enfrentados pelos pacientes e seus familiares. A estigmatização, discriminação e preconceitos enfrentados por eles dificulta a inserção na sociedade, principalmente no que se refere a obtenção e manutenção de empregos e relacionamento interpessoal, o que leva a dificuldades econômicas para a obtenção dos medicamentos antiepilépticos. Pode ser causada por várias afecções cerebrais, incluindo traumatismos, infecções, acidentes vasculares.

A epilepsia não é contagiosa, não é um castigo, não é perigosa para outras pessoas.



No intervalo entre as crises as pessoas com epilepsia são iguais às outras.

75% das epilepsias são tratadas com medicamentos e a doença constitui-se num dos maiores desafios da medicina devido à sua alta incidência (0,5% a 2% da população).

A ignorância leva frequentemente à discriminação de pessoas com epilepsia pela família, escola, empregadores e pela comunidade.

### O que fazer perante uma crise convulsiva?

a) Nas convulsões pequenas, sem queda, ou nas crises apenas com perturbação de consciência, deverá:

- Proteger o doente de eventual perigo durante a crise;
- Dar o devido apoio até à recuperação completa da consciência.

b) Nas crises com queda ou convulsão, deverá:

- Manter a calma;
- Evitar que o doente bata com a cabeça, segurando-a, se necessário;
- Deitar o doente de lado e desapertar-lhe a roupa à volta do pescoço;
- Dar-lhe o devido apoio até recuperação completa de consciência;
- Se a crise demorar mais do que 5 min. e não conhecer o doente, chame uma ambulância.



Mantenha-se calmo e acalme quem assiste à crise.



Coloque a pessoa de lado com a cabeça baixa, de modo a que a saliva possa escorrer para fora da boca.



Desaperte a roupa à volta do pescoço.



ponha qualquer coisa macia debaixo da cabeça, ou ampare esta com a sua mão, impedindo-a de bater no chão ou contra objectos.

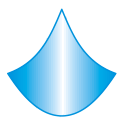


Permaneça junto da pessoa até que volte a respirar calmamente e comece a acordar.



Ofereça-se para ajudar no regresso a casa ou chamar alguém da família.





### Atenção ao que não se deve fazer:

- **Nunca** introduzir qualquer objeto ou os dedos entre os dentes do doente;
- **Não** tentar impedir os movimentos ou transportá-lo para outro lado exceto em situação de perigo;
- **Não** dar de beber.

Não meta na boca da pessoa (nem colher, nem objecto de madeira, nem lenço, nem dedos). Não puxar a língua.



Não a tente acordar, não a force a levantar-se



Não lhe dê de beber.



### Conclusão

Aprendemos que os epiléticos não devem ter uma dieta especial, que podem trabalhar, fazer desporto, estudar e ter filhos.

Ter epilepsia é ter uma doença como as demais, a qual permite, na grande maioria dos casos, e desde que os conselhos do médico sejam cumpridos, levar uma vida completamente normal. Para muitos, é o **preconceito** que lhes causa problemas e não a epilepsia em si; por isso, deve ter esperança no tratamento e confiança nos médicos e outros profissionais que o tratam e estão prontos para ajudá-lo.

### BIBLIOGRAFIA:

Consulta a site: <http://www.epilepsiabrasil.org.br/noticias/voce-sabe-como-ajudar-durante-uma-crise-convulsiva>

Consulta a site: <http://www.epilepsiabrasil.org.br/a-instituicao>

Consulta a site <http://www.bengalalegal.com/lidar>

Consulta a site <http://crescercomsaude.wordpress.com/2009/05/10/viver-com-a-epilepsia> Consulta a site

[http://www.pessoacomdeficiencia.sp.gov.br/usr/share/documents/CARTILHA\\_ATENDIMENTO\\_PESSOA\\_COM\\_DEFICIENCIA\\_AUREAEDITORIA.pdf](http://www.pessoacomdeficiencia.sp.gov.br/usr/share/documents/CARTILHA_ATENDIMENTO_PESSOA_COM_DEFICIENCIA_AUREAEDITORIA.pdf) (Rede de Reabilitação Lucy Montoro)

[https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/pessoa\\_com\\_deficiencia/noticias/?p=471](https://www.prefeitura.sp.gov.br/cidade/secretarias/pessoa_com_deficiencia/noticias/?p=471)