



Cómo comunicarse con las personas con discapacidades y cómo referirse a ellas

Aproximadamente 1 de cada 4 adultos (o 61 millones de adultos) en los Estados Unidos reporta tener algún tipo de discapacidad.¹ Las discapacidades son parte de la experiencia humana, pero a veces las personas utilizan palabras o frases que son insensibles y no promueven la comprensión, la dignidad y el respeto hacia las personas con discapacidades. La mayoría de las veces esto no es intencional, pero de todos modos es irrespetuoso.

Lenguaje "la persona primero" (People First Language)

El lenguaje "la persona primero" se usa para comunicarse de manera adecuada y respetuosa con las personas con discapacidades y acerca de ellas. Este tipo de lenguaje pone énfasis en la persona y no en la discapacidad. Por ejemplo, al referirse a una persona con una discapacidad, se nombra a la persona primero al usar frases como "una persona que...", "una persona con..." o "una persona que tiene...".

- El lenguaje que pone a la persona primero es la mejor manera de comenzar cuando se habla con alguien que tenga una discapacidad.
- Si no está seguro, pregúntele a la persona cómo le gustaría que la describan.
- Es importante recordar que las preferencias pueden variar.

Estos son algunos consejos generales que se pueden seguir:

Consejos	Usar	No usar
Enfatizar habilidades, no limitaciones	Persona que usa una silla de ruedas	Persona confinada a una silla de ruedas, persona postrada en una silla de ruedas
	Persona que utiliza un dispositivo para hablar	No puede hablar, mudo
No usar lenguaje que sugiera la falta de algo	Persona con una discapacidad	Discapacitado, minusválido
	Persona de baja estatura	Enana
	Persona con parálisis cerebral	Víctima de parálisis cerebral
	Persona con epilepsia o trastornos convulsivos	Epiléptica
	Persona con esclerosis múltiple	Aquejada por esclerosis múltiple
Enfatizar la necesidad de tener accesibilidad, no la discapacidad	Estacionamientos o baños accesibles	Estacionamientos o baños para discapacitados
No usar lenguaje ofensivo	Persona con una discapacidad física	Tullida, lisiada, coja, paralítica, deforme, inválida, espástica
	Persona con una discapacidad intelectual, cognitiva, del desarrollo	Persona lenta, tonta, boba, defectuosa, con problemas, especial
	Persona con una discapacidad emocional o conductual, persona con un deterioro de la salud mental o una discapacidad siquiátrica	Demente, loca, sicótica, maniaca, chiflada
Evitar lenguaje que implique estereotipos negativos	Persona sin una discapacidad	Persona normal, persona saludable, persona sana
No mostrar a las personas con discapacidad como fuente de inspiración solo debido a su discapacidad	Persona que tiene éxito, persona productiva	Persona que ha superado su discapacidad, valiente

1. Okoro CA, Hollis ND, Cyrus AC, Griffin-Blake S. Prevalence of Disabilities and Health Care Access by Disability Status and Type Among Adults— United States, 2016. MMWR Morb Mortal Wkly Rep. 2018; 67:882–887. DOI: <http://dx.doi.org/10.15585/mmwr.mm6732a3l>.