



Terminología Adecuada sobre la Discapacidad

El lenguaje es una herramienta poderosa. Es importante utilizar términos actuales y apropiados cuando se trabaja con la comunidad discapacitada. Cosas como la edad, la cultura y la experiencia personal afectarán el idioma que un individuo usará o preferirá. Utilice de forma predeterminada un lenguaje que priorice a la persona cuando no sepa cómo dirigirse a alguien con una discapacidad, luego pregúntele cómo quiere que se dirijan a esa persona, del mismo modo que le preguntaría su nombre o pronombres preferidos. Tenga en cuenta que estos términos evolucionan con el tiempo y seguirán cambiando; siempre es una buena práctica preguntarle a una persona y obtener la opinión de la comunidad discapacitada. Aquí hay algunas reglas generales para tener en cuenta:

Lenguaje Centrado en la Persona y en la Identidad

Lenguaje centrado en la persona (persona con discapacidad) significa que usted se refiere a la persona antes de decir su discapacidad. Se utiliza un lenguaje centrado en la persona para que una persona no sienta que su discapacidad es la parte más importante de su identidad.

Lenguaje centrado en la identidad (persona discapacitada) significa que usted se refiere a la discapacidad como una etiqueta para la persona. El lenguaje centrado en la identidad se utiliza cuando una persona quiere demostrar que está orgullosa de su discapacidad o quiere que su discapacidad sea la parte principal de su identidad.

Es posible que la gente simplemente prefiera uno u otro. Tenga en cuenta que algunas discapacidades no tienen la opción de centrarse en la identidad y solo pueden centrarse en la persona, como una persona con TDAH.

- Centrado en la persona: una persona con discapacidad visual o una persona ciega.
- Centrado en la identidad: Sordos, ya que se ven a sí mismos como miembros de la comunidad Sorda.

No utilices lenguaje victimista

No utilice un lenguaje que haga que una persona parezca pasiva, lamentable o victimizada. En cambio, el lenguaje debería enfatizar las habilidades o ser neutral.

Recuerde que estar discapacitado no significa que una persona sea un paciente y no todas las discapacidades son enfermedades.

- Ejemplos que se deben evitar: confinado a una silla de ruedas, confinado en una silla de ruedas, confinado en su casa,



deficiente, que sufre de una discapacidad específica o es víctima de una discapacidad específica.

No Utilice Lenguaje Anticuado

Muchas etiquetas antiguas provienen de términos médicos obsoletos, pero ahora se consideran insultos ofensivos y nunca deben usarse. Retardado nunca debe usarse de ninguna manera, escrita o verbal, por [La ley de Rosa \(enlace en inglés\)](#).

- Ejemplos a evitar: cojo, lisiado, minusválido, lunático, mongoloide, retrasado e idiota.

Sin embargo, algunos activistas de la discapacidad han comenzado a utilizar palabras despectivas más antiguas para reclamarlas y mostrar orgullo por la discapacidad. Esto puede tener muchos matices y ser personal. Si no eres miembro de la comunidad discapacitada, se considera ofensivo utilizar esta terminología, incluso si alguien puede referirse a sí mismo de esta manera.

- “lisiado” es decir “paralítico”
- “persona afectada por el consumo de sustancias” como “Adicto”

No Utilices Eufemismos

No utilice lenguaje condescendiente que intente ignorar o disminuir una discapacidad. Estos términos promueven la idea de que una discapacidad es inherentemente mala y no debe discutirse abiertamente, o que pertenecer a la comunidad discapacitada no puede ser un motivo de orgullo. La palabra “discapacidad” brinda ciertas protecciones legales, por lo que es importante alentar a las personas a usar la palabra.

- Ejemplos que se deben evitar: Personas con capacidades diferentes, Especiales, Necesidades especiales o Chueco

Describiendo Personas Sin Discapacidades

Al describir a las personas sin discapacidades, utilice un lenguaje neutral y evite descripciones que impliquen que al no tener una discapacidad es positivo. En su lugar, utilice una persona sin discapacidad, o una persona sin una discapacidad visible. Puede asumir que una persona no tiene una discapacidad, ¡pero no todas las discapacidades son visibles o reveladas para usted!

- Ejemplos a evitar: normal, sano, capacitado o completo



Terminología Preferida y Lenguaje a Evitar

Esta lista tiene términos y frases preferidos comunes, pero hay muchos más. Utilice la información de la primera página si alguna vez no está seguro.

Terminología Preferida	Lenguaje a Evitar
Persona con discapacidad visual, Persona ciega	Los ciegos, problemas de vista
Individuo con epilepsia, Individuo con trastorno convulsivo	Epiléptico; espástico; Persona que tiene "ataques"
Individuo de baja estatura, persona de talla baja	Enano
Individuo con discapacidad del habla	Trastorno del habla; impedimento del habla
Individuo con dislexia	Dislético
Individuo con una discapacidad psiquiátrica, Individuo con un diagnóstico de salud mental	Loco; maníaco; lunático; demente; esquizofrénico; psicópata; débiles mentales
Individuo con una discapacidad de aprendizaje	Lento; aprendizaje lento; retrasado
Individuo con discapacidad intelectual	Estúpido; capacidades diferentes; necesidades especiales; chueco; retrasado mental; lerdo; mongoloide
Individuo con discapacidad física	Lisiado; minusválido; deformado; defectuoso; paralítico
Individuo con una lesión de la médula espinal	Cuadripléjico; parapléjico; incapacitado; en silla de ruedas; minusválido; cañutillo
Individuo sordo o con problemas	El sordo; sordomudos; Mudo;

de audición	personas con discapacidad auditiva
Individuo con una enfermedad congénita discapacidad	Deformado/persona con un defecto de nacimiento
Individuo con labio hendido o paladar hendido	Labio de liebre
Individuo con SIDA, persona VIH positiva	Víctima de VIH o SIDA; Portador del SIDA; Enfermo; Paciente con SIDA/VIH; Positivo
Individuo con quemaduras	Víctima de quemaduras; desfigurado
Individuo que tuvo un derrame cerebral	Víctima de un derrame cerebral o Sufrió de un derrame cerebral
Individuo con esclerosis múltiple (EM)	Individuo que sufre de EM
Individuo afectado por consumo de sustancias, Persona en recuperación	Usuario; drogadicto; adicto a las drogas
Individuo sin discapacidad, Individuo sin discapacidad visible	Capacitado; normal; entero

Terminología Preferida y Lenguaje a Evitar

No digas: Epiléptico; espástico; o persona que tiene “ataques”

Centrado en la persona: Individuo con epilepsia, Individuo con trastorno convulsivo

No digas: Enano

Centrado en la persona: Individuo de baja estatura

Centrado en la identidad: Persona de talla baja



No digas: Trastorno del habla; impedimento en el habla

Centrado en la persona: Individuo con discapacidad del habla.

No digas: Disléxico

Centrado en la persona: Individuo con dislexia

Centrado en la identidad: Individuo disléxico

No digas: Loco; maníaco; lunático; demente; esquizofrénico; psicópata; débiles mentales

Centrado en la persona: Individuo con discapacidad psiquiátrica, Individuo con diagnóstico de salud mental

No digas: Aprendizaje lento, lento; retrasado; estúpido, retrasado mental; lento; lerdo

Centrado en la persona: Individuo con una discapacidad de aprendizaje O Individuo con una discapacidad intelectual

No digas: Lisiados, minusválidos; deformado; defectuoso, cuadripléjico; parapléjico; incapacitado, confinado a una silla de ruedas, Usuario de silla de ruedas

Centrado en la persona: Individuo con una discapacidad física O Individuo con una lesión de la médula espinal

Centrado en la identidad: Disca

No digas: El sordo; sordomudos; mudo; personas con impedimento auditivo

Centrado en la persona: Individuo sordo o con dificultad auditiva

Centrado en la identidad: Sordo

No digas: Labio de liebre

Centrado en la persona: Individuo con labio hendido o paladar hendido

No digas: Víctima del VIH o SIDA, Portador de SIDA, Enfermo, Paciente con SIDA/VIH, Positivo



Centrado en la persona: Individuo con SIDA

Centrado en la identidad: Persona VIH positiva

No digas: Víctima de quemaduras; desfigurado

Centrado en la persona: Individuo con quemaduras

No digas: Víctima de un derrame cerebral/Sufrió un derrame cerebral **Centrado en la**

persona: Individuo que tuvo un derrame cerebral

No digas: Persona que sufre de esclerosis múltiple (EM)

Centrado en la persona: Individuo con EM

No digas: Usuario, drogadicto

Centrado en la persona: Persona afectada por Consumo de Sustancias, Persona en Recuperación

Centrado en la identidad: Adicto, en recuperación