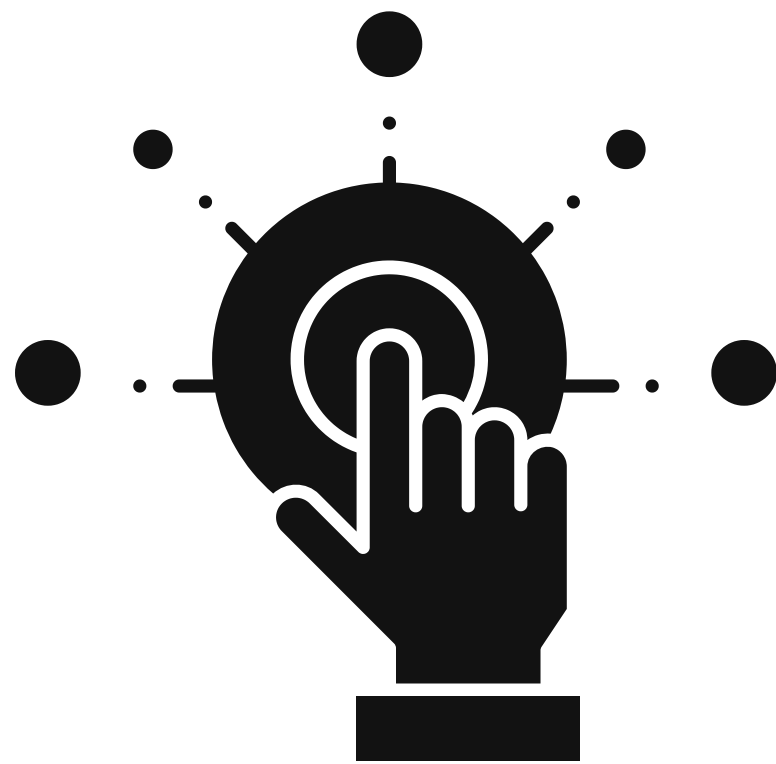


Recomanacions per parlar i escriure sobre la discapacitat



Continguts



- 3 Qui som?
- 4 Comunicar en termes generals
- 7 Comunicar en particular: discapacitat auditiva
- 7 Discapacitat visual
- 8 Malalties minoritàries
- 8 Discapacitat física i/o orgànica
- 9 Trastorns de l'Espectre de l'Autisme (TEA)
- 9 Discapacitat intel·lectual
- 10 Paràlisi cerebral i pluridiscapacitat
- 10 Salut Mental
- 11 Glossari
- 13 Recursos en xarxa

Qui som?

- El COCARMI (Comitè Català de Representants de Persones amb Discapacitat) va néixer l'any 1998 amb l'objectiu de representar de manera transversal les persones amb discapacitat a Catalunya. Així, actualment representa i defensa els drets de més de 677.000 persones a través de les seves 13 federacions membres. Aquestes federacions agrupen a Catalunya més de 700 entitats que acompanyen a persones amb discapacitat física i orgànica, intel·lectual, síndrome de Down, autisme, discapacitats sensorials, paràlisi cerebral i pluridiscapacitat, malalties rares i problemes de salut mental.
- Les federacions membres són ACAPPS, ASOCIDECAT, COCEMFE Catalunya, DINCAT-Plena Inclusió Catalunya, Down Catalunya, ECOM, Federació Catalana d'Autisme, Federació de CET, FEDER a Catalunya, Federació Salut Mental Catalunya, FEPCCAT, FESOCA i ONCE Catalunya.
- El COCARMI forma part del Comité Estatal de Representantes de Personas con Discapacidad (CERMI), que representa uns 3,8 milions de persones amb discapacitat d'unes 7.000 entitats d'arreu d'Espanya. Forma part així mateix de la Taula d'Entitats del Tercer Sector Social de Catalunya i de la Plataforma d'Infància de Catalunya (PINCAT).

Comunicar en termes generals

- Preferim el terme **“persones amb discapacitat”** que “discapacitats”, seguint la terminologia adoptada per la Convenció Internacional sobre els Drets de les Persones amb Discapacitat aprovada per l’ONU el 2006 i internacionalment acceptada. És, també, el terme adoptat a l’article 49 de la Constitució espanyola en substitució de l’anterior “minusvàlids”, així com l’utilitzat per la “Guia de llenguatge inclusiu” elaborada pel Departament de Cultura en col·laboració amb entitats del tercer sector de la discapacitat [1].
- Recomanem el terme **“persona amb discapacitat”** i no el de “persona amb diversitat funcional”, perquè aquest últim és confús, invisibilitza el col·lectiu i pot generar inseguretat jurídica. Tampoc som partidaris d’altres termes que intenten atenuar la discapacitat, com “persones amb altres capacitats”, “persones amb capacitats diverses”, “persones diferents”...
- No recomanem dir “persona normal” (què es considera normal?) en contraposició a persona amb discapacitat, és preferible **“persona sense discapacitat”** o **“població en general”**.

[1] [Guia de llenguatge inclusiu en el tractament de persones amb discapacitat. Llengua catalana \(gencat.cat\)](http://gencat.cat)

Comunicar en termes generals

- Recomanem “**persona en situació de dependència**” i no “dependent”, en atenció al model centrat en la persona i les condicions addicionals que pot presentar. Entenem, però, que per qüestions d’espai s’utilitzi als titulars, sempre que al text es faci correctament. Cal diferenciar, a més, entre persona amb discapacitat i persona en situació de dependència. La primera és aquella que, en interactuar amb l’entorn, troba barreres que no li permeten participar en la vida en comunitat en igualtat de condicions, mentre que la persona en situació de dependència és aquella que necessita ajuda per dur a terme activitats bàsiques de la vida diària.
- La Convenció Internacional parla d’“**inclusió**” de les persones amb discapacitat als diferents àmbits de la societat, com la resta de persones, més que no pas “integració”.



Ves amb compte!

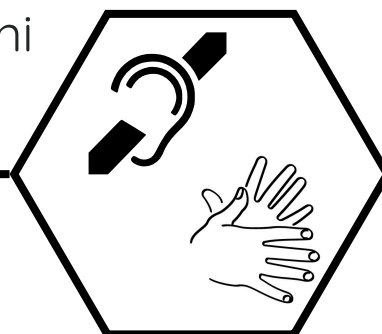
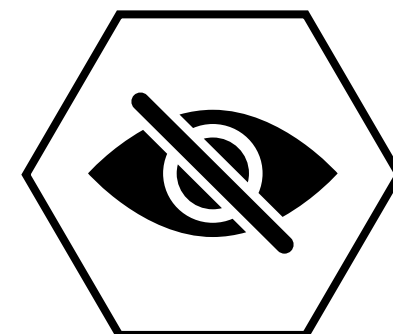
- Les persones no “pateixen” “suporten”, són “víctimes” o “estan afectades” per una discapacitat, ja que poden viure amb la mateixa plenitud que la resta de la societat: així, preferim utilitzar el terme “presenten”, “manifesten” o “tenen” una o diverses discapacitats, segons el cas. Tot i estar relacionats, discapacitat i malaltia no són termes sinònims, ja que la discapacitat pot ser - o no- conseqüència d’una o més malalties.
- Recomanem evitar els termes propis de sobreprotecció, paternalisme (p. ex. usant diminutius) o amb llenguatge infantilitzat (p. ex. dir “els nois”, quan són persones adultes).
- Evitar expressions condescendents o sensacionalistes, com el tòpic de la “superació”, ja que les persones amb discapacitat són subjectes de drets i han d’exercir-los amb dignitat i respecte. Parlar de superació (campions, herois...) reforça els estereotips, ja que pressuposa que les persones amb discapacitat no poden tenir èxit.
- Rebutgem rotundament termes amb connotacions negatives/pejoratives com “deficient”, “invàlid”, “subnormal”, “oligofrènic”, “incapacitat”, “disminuït”, “retardat”, “mongòlic”, “paralític” o “sordmut” i l’ús de diminutius com “ceguet” o “malaltó”.

Comunicar en particular

Discapacitat auditiva

En referir-nos a la **discapacitat auditiva**, cal tenir present i donar a conèixer la diversitat comunicativa del col·lectiu, ja que una part d'aquest es comunica amb la llengua oral i una altra amb la llengua de signes. També hi ha persones sordes que es comuniquen en ambdues llengües. La llengua de signes catalana (LSC) és una llengua reconeguda legalment a l'Estat com un sistema lingüístic, on a Catalunya tenim regulació pròpia.

Parlarem de sordesa, de "persona sorda", "persona amb sordesa" o amb "discapacitat auditiva", en cap cas "sords" o "sordmut/da". Parlarem de "pròtesis auditives", com ara implants coclears i audiòfons, en cap cas de "sonotone". I ens referirem a l'interpret de llengua de signes, no al traductor de signes mímic o gestos, ni fórmules semblants, i a la "llengua de signes", no al llenguatge de signes ni derivats.



Discapacitat visual

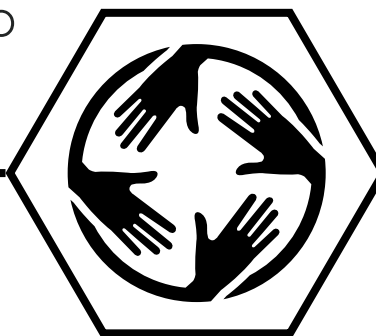
En referir-nos a persones amb **discapacitat visual**, parlarem habitualment de cec o cega (en un context col·loquial) i de persona cega o persona amb discapacitat visual (que engloba totes les persones amb discapacitat sensorial visual: baixa visió, etc.) en contextos i documents formals, en cap cas utilitzarem el terme "invident". Parlarem de gos pigall i de sistema braille (en minúscula). Farem referència a Braille (en majúscula), només quan al·ludim a Louis Braille, el seu creador.



Quan ens referim a la **sordceguesa**, cal aclarir que no és la suma de la sordesa i de la ceguesa, sinó que és una discapacitat única, específica i diferenciada, reconeguda normativament com a tal. Parlarem de "persona sordcega o amb sordceguesa" i no pas de "persona sordmuda i cega".

Malalties minoritàries

En referir-nos a **malalties minoritàries**, l'important és posar el focus en les persones, sent el més correcte utilitzar aquest terme davant d'altres com "malalts" o "pacients" i anteposar-lo a la malaltia, p. ex. "persona amb una malaltia minoritària". A més, cal tenir en compte que es tracta d'un col·lectiu ampli i que en la majoria dels casos ha fet front a anys d'espera per aconseguir un diagnòstic o encara no el té, estant molt poc representat; per la qual cosa s'aposta per un enfocament ampli com "persones amb malalties rares i sense diagnòstic", per no deixar fora les persones que encara no tenen diagnòstic. D'altra banda, tenint en compte que la majoria d'aquestes malalties són genètiques i cròniques, és preferible utilitzar termes com "té" o "conviure" en lloc de "patir".

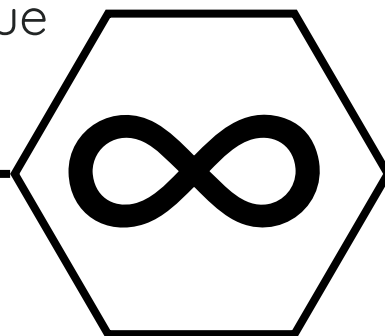


Discapacitat física i/o orgànica

En parlar de **discapacitat física i/o orgànica**, i com que són diversos els orígens i manifestacions d'aquest tipus de discapacitat, es pot distingir entre al·ludir a "persones amb discapacitat física" en general o bé, segons el cas, a "persones amb mobilitat reduïda", "persones amb discapacitat motora", "persones amb discapacitat orgànica", "persones amb paràlisi cerebral"... Tinguem en compte, d'altra banda, que en parlar de mobilitat reduïda també ens podem referir a gent gran.

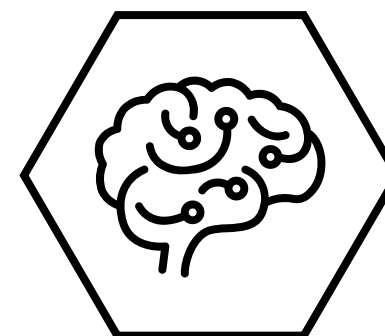
Trastorns de l'Espectre de l'Autisme (TEA)

En referir-nos als **Trastorns de l'Espectre de l'Autisme (TEA)**, són correctes les expressions "persona amb autisme", "persona autista" i la paraula "autisme" per esmentar la condició, així com "col·lectiu autista". No obstant, les entitats utilitzen també l'expressió "persona amb trastorn de l'espectre autista" o "persona amb TEA", després d'haver desenvolupat les sigles, perquè parlem d'una realitat polièdrica on conflueixen diferents sensibilitats en referència a la identitat: cada persona autista és diferent, cal evitar generalitzacions i estereotips i utilitzar les diferents fórmules per tal que tothom pugui sentir-se representat.



Discapacitat intel·lectual

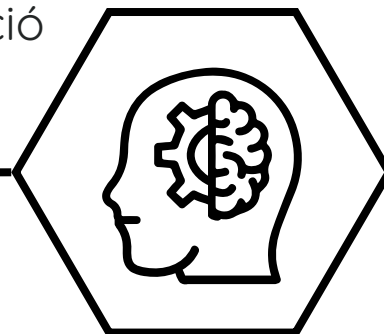
En referir-nos a la **discapacitat intel·lectual**, no parlem de "discapacitats intel·lectuals", "discapacitats psíquics", "retardats" o "deficients": són "persones amb discapacitat intel·lectual". Cal evitar expressions com ara "els nois/es" quan ens referim a l'edat adulta, així com les generalitzacions, atesa la gran diversitat de trastorns i graus de la discapacitat.



Paràlisi cerebral i pluridiscapacitat

En referir-nos a la **paràlisi cerebral**, tindrem en compte que és una discapacitat produïda per una lesió al cervell que afecta la mobilitat i la postura de la persona i que limita la seva activitat. Sovint s'acompanya de discapacitat intel·lectual i sensorial, però també poden sumar-se trastorns de comunicació i alimentació, de la son, de conducta, i una salut fràgil, alteracions que duen a una **pluridiscapacitat**.

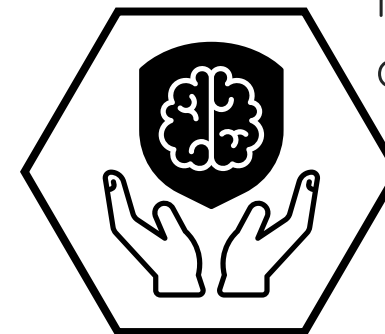
Per tot això, les persones amb paràlisi cerebral i pluridiscapacitat tenen grans necessitats de suport permanent. No parlarem de "pluridiscapacitats", sinó de "persones amb pluridiscapacitat", rebutjant la consideració de "vegetals". A l'hora d'informar sobre el col·lectiu, ens hi aproparem i preguntarem directament, abans de donar per fet que la persona no es comunica. Sovint, els sistemes de comunicació augmentativa faciliten la seva comunicació.



Salut Mental

En referir-nos a **salut mental**, no parlem de "malalts mentals" sinó de "persones amb problemes de salut mental", diagnosticades de salut mental, testimonis en primera persona o alguna expressió similar, segons el cas. No parlem d'un psicòtic, esquizofrènic, bipolar, sinó d'una persona que té esquizofrènia, p.ex.

Rebutgem termes con boig, maníac, tarat, llunàtic, dement o pertorbat per referir-nos a una persona amb problemes de salut mental. No parlem de "manicomis o psiquiàtrics", sinó de "centres de salut mental i d'ingressos hospitalaris". No parlem tampoc de reclusos, interns o tancats.



Glossari

Expressions no respectuoses/no recomanades	Proposem
Discapacitat/minusvàlid/diversitat funcional/altres capacitats	Persones amb discapacitat
Dependent	Persona en situació de dependència
Persona normal	Persona sense discapacitat/població en general
Integració de discapacitats	Inclusió social/laboral de persones amb discapacitat
Invàlid	Persona amb discapacitat física/orgànica/motora/ mobilitat reduïda

Glossari

Expressions no respectuoses/no recomanades	Proposem
Sord/sordmud/sordcec	Persona sorda/amb sordceguesa/amb discapacitat auditiva
Llenguatge de signes	Llengua de signes
Cec	Persona cega/amb baixa visió/amb discapacitat visual
Plurideficient	Persona amb pluridiscapacitat
Malalt mental	Persona amb problemes de salut mental

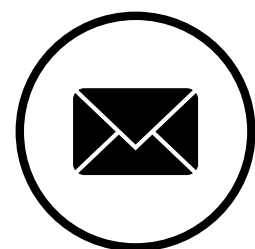
Recursos en xarxa

- Comité de Entidades Representantes de Personas con Discapacidad (CERMI Aragón), 2024. [Informar sobre discapacidad](#)
- Real Patronato sobre la discapacidad, 2019. [Cómo abordar la discapacidad desde los medios de comunicación](#)
- Plena Inclusión, 2019. [Guía rápida de palabras sobre la discapacidad intelectual](#)
- Confederación Salud Mental, 2019. [Les paraules sí que importen. Guia d'estil sobre salut mental per a mitjans de comunicació](#)
- Comitè d'ètica dels Serveis Socials de Catalunya, 2019. [El tractament mediàtic a les xarxes de la informació sobre persones en situació de vulnerabilitat](#)
- Autismo España, 2018. [Consejos para hablar y escribir sobre autismo](#)

Recursos en xarxa

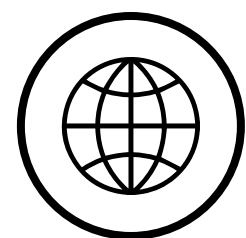
- Associació de Dones Periodistes (amb la col·laboració d'ECOM), 2017. Anàlisi del tractament informatiu de les persones amb discapacitat als mitjans
- Obertament, 2017. Recomanacions per informar sobre salut mental
- Consell de l'Audiovisual de Catalunya (CAC), 2015. Consells per al tractament de la salut mental als mitjans audiovisuals. Recomendacions
- Junta de Andalucía, 2013. Guía de buenas prácticas sobre personas con discapacidad para profesionales de la comunicación

Contacte



Correu electrònic

info@cocarmi.cat
secretaria@cocarmi.cat



Web i xarxes socials

www.cocarmi.cat
@cocarmi



Telèfon

93 228 93 68
638 90 59 15



Amb la col·laboració de:



Amb el suport de:

