

# ASPECTOS A TENER EN CUENTA EN EL TRABAJO CON DISCAPACITADOS SENSORIALES.

## Categorización de las discapacidades visuales en el deporte.

Se ha optado por la clasificación deportiva internacional dada su gran simplicidad descriptiva y de comprensión.

Aunque existen tres clasificaciones, se describen las dos primeras ya que la tercera contempla a los individuos, que tienen la visión disminuida y que con la ayuda de lentes ópticas pueden hacer la práctica física con normalidad.

- B1 – ciegos totales: Se consideran ciegos totales a la persona sin ninguna percepción de luz en ambos ojos o con percepción de la luz, pero con imposibilidad de distinguir la forma de una mano en cualquier distancia y dirección. En el ámbito educativo, consideramos así a los alumnos que no puede anticipar obstáculos a una velocidad de marcha moderada.
- B2 – ciegos parciales: Se consideran ciegos parciales a las personas que pueden percibir los contornos de una mano hasta una agudeza visual de 2/60 y/o un campo visual de menos de 5 grados en el ojo de mayor visión con la máxima corrección posible. En el ámbito educativo, consideramos al alumno con baja visión con aquel que es capaz de anticiparse a los obstáculos a una velocidad de marcha moderada.

# **PAUTAS BÁSICAS DE COMUNICACIÓN CON LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD VISUAL.**

El lenguaje debe adaptarse al conocimiento que tienen las personas ciegas o deficientes visuales de la realidad social, de su propio cuerpo y de las posibilidades de movimiento. Debemos tener en cuenta que el conocimiento de estos factores puede ser mínimo o estar alterado en algunas personas ciegas o con visión parcial.

Es conveniente pactar un lenguaje común que defina y precise los movimientos corporales de manera que se requiere poco tiempo de explicación oral y aumente el control del resto del grupo.

Para localizar un material específico es útil definir un lenguaje preciso que requiera poco tiempo al monitor y le permita continuar con la sesión sin demasiada pérdida de tiempo; la tabla está: - "delante de tu mano derecha", "detrás de tu mano izquierda", etc.

## **Reglas básicas de la comunicación con las personas con discapacidad visual.**

- Preguntar antes de ofrecer ayuda.
- Explicar los ruidos que se producen en casa, en la calle, en el centro...
- Enseñarle a dirigir la mirada hacia el interlocutor.
- No generalizar.
- No forzar a recibir una ayuda no necesaria.
- Es conveniente que haya un buen contraste entre los objetos.
- No sobreproteger al discapacitado. La sobreprotección crea dependencia, y aumenta la discapacidad del individuo.

- Darle libertad para moverse, explorar y tocar. Evitar la sobre protección.
- Animarle a que cuente cosas, que describa sucesos.
- Presentar a cada uno de los compañeros, y su sitio.
- Dirigirle la palabra antes de tocarle o cogerle, para no asustarle.
- Estimular y favorecer el contacto físico con otros compañeros o alumnos.
- Enseñarle los distintos recorridos en su entorno y los puntos de referencia.
- Enseñarle hábitos personales y de relación correctos.
- Crear un clima de respeto y valoración de sus trabajos y técnicas.
- Enseñarle gestos de uso corriente.
- Evitar tics o blindismos. Ofrecer alternativas.
- Corregir posturas incorrectas a la hora de realizar cualquier actividad.
- Permitir a la persona con discapacidad visual realizar las cosas por sí mismo.
- Identificarse.
- Comunicar, si es necesario, que se esta haciendo o se va a hacer.
- Ser específico.
- Hablar directamente con la persona con discapacidad visual.
- Utilizar el nombre de la persona, si se conoce.
- Hablar despacio y claro, pero sin gritar.
- Colocarse donde él pueda verte, especialmente si tiene visión funcional.
- Contestar a sus preguntas.

- Tocarle (la mano u hombro) para llamar su atención (si es necesario).
- Decirle cuando nos vamos.

- Como indicar donde están cosas u objetos.

- Evitar palabras como "aquí", "allí", "esto", "aquello"...son palabras que se acompañan con un gesto que en la mayoría de los casos no puede ver.
- Utilizar técnicas como "derecha", "izquierda", "delante", "detrás"...y siempre en relación con la persona con discapacidad visual.

- Lenguaje a utilizar.

- Utilizar normalmente las palabras "ver, mirar, etc"(no debe existir lenguaje tabú).
- Ser precisos al dar información.
- Dar explicaciones globales y no saturar con excesiva información sobre el ambiente que puede confundir en lugar de aclarar la información.
- Educar el lenguaje a la persona.
- Evitar los términos "cuidado", ¡ay!, ¡ay!, cuando vemos un peligro para la persona. Utilizar "alto" para evitar que siga avanzando y explicar verbalmente el peligro o ayudar a evitarlo.
- El tono de voz debe utilizarse como una herramienta de motivación y sensibilización del alumno ciego o deficiente visual.
- Un tono puede utilizarse para calmar al niño excesivamente activo o controlar el miedo.
- Un tono animoso, alegre y seguro puede servir para activar al niño excesivamente pasivo o con demasiado miedo.
- Un volumen excesivamente alto puede inhibir la acción.



# **TÉCNICA DE GUÍA VIDENTE**

## **POSICIÓN DEL GUÍA**

Situarse siempre delante de la persona con deficiencia visual, para permitir que ésta se coja de nuestro brazo. (Algunas personas con deficiencia visual prefieren caminar sin cogerse al guía, en cualquier caso, debemos ir delante ya que nuestros movimientos le servirán de referencia sobre las características del terreno).

## **POSICIÓN DEL BRAZO.**

No existe una posición rígida, el guía deberá llevar el brazo lo más relajado posible lo que facilita la transmisión de información. Sólo en el caso de personas con problemas de equilibrio o muy mayores se debe mantener una postura determinada.

## **AJUSTE A LA VELOCIDAD DE PASO DE LA PERSONA.**

El guía debe adecuar su paso al de la persona con deficiencia visual para permitirle un desplazamiento cómodo y seguro.

## **PASO POR LUGARES ESTRECHOS O PUERTAS.**

Para indicar el paso por lugares estrechos el guía debe colocar el brazo al que va sujeto la persona con deficiencia visual hacia atrás para indicar a la persona que se coloque a su espalda. Si la persona con deficiencia visual no conoce la técnica puede ser necesario indicárselo verbalmente.



## **SUBIR, BAJAR ESCALERAS O ESCALONES.**

En general, no es necesario avisar si son de o de bajada, ya que lo percibirá por nuestros movimientos. Es importante abordar los escalones o escaleras en perpendicular.

## **INDICAR UN ASIENTO**

Siempre que sea posible nos acercaremos por el respaldo. Colocar su mano sobre el respaldo.

Cuando nos acercamos de frente guiarle hasta que sus rodillas toquen el asiento o bien indicarle verbalmente que el asiento está situado frente a él.

En una fila de butacas, colocar su mano en el respaldo de la fila anterior, para que le sirva de guía y avisarle verbalmente cuando halla llegado a su asiento.

## **COMO GUIAR A UNA PERSONA QUE VA CON PERRO-GUIA**

Preguntarle primero si quiere agarrarse a nosotros o prefiere dar la orden al perro de que nos siga. En caso de agarrarse a nosotros, tener en cuenta que debemos ofrecerle el brazo izquierdo, ya que el perro va a su izquierda.

## **VARIACIONES DE LA TÉCNICA GUÍA CON DETERMINADAS POBLACIONES**

Si la persona a la que acompañamos es bastante más alta que nosotros, seguramente preferirá apoyarse en nuestro hombro. En este caso indicarle verbalmente el paso por puertas o sitios estrechos. Si es bastante más baja que nosotros puede resultarle más cómodo agarrarse a nuestra muñeca, en el caso de niños es preferible cogerle de la mano.

Las personas con problemas de equilibrio irán más seguras si se apoyan en nuestro brazo, en este caso nuestro brazo deberá ir doblado en ángulo para permitirle un mayor agarre.

**NO INSISTIR EN UTILIZAR LA TÉCNICA GUÍA (Respetar a la persona), tener claro que la TÉCNICA GUÍA ES UN MEDIO Y NO UN FIN.**