

# LUCHA CONTRA EL CAPACITISMO



Directrices para el respeto a la diversidad humana  
Laís S. Costa y colaboradores



Este contenido puede reproducirse libremente siempre que no se alteren el texto y las imágenes y se cite la fuente. Cómo citar:

COSTA, L. S. et al. Lucha contra el capacitismo. 1<sup>a</sup> ed. Rio de Janeiro: ENSP, Fiocruz, 2024.



Naturalizar la exclusión de las personas con discapacidad no es ético. Y atestigua contra la humanidad de quien lo práctica.

## EL CAPACITISMO ES UN SISTEMA DE OPRESIÓN

El capacitismo reproduce creencias, procesos y prácticas que normalizan un determinado estándar corporal como perfecto, sin tener en cuenta la corporalidad de todas las personas (Campbell, 2001).

El capacitismo da lugar a la discriminación de una persona debido a su discapacidad. Esta discriminación puede definirse como:

... cualquier distinción, restricción o exclusión, por acción u omisión, que tenga el propósito o el efecto de obstaculizar, impedir o anular el reconocimiento o el ejercicio de los derechos y libertades fundamentales de una persona con discapacidad, incluida la denegación de ajustes razonables y el suministro de tecnologías de apoyo  
(Ley Brasileña de Inclusión - LBI, Ley 13.146/2015, art. 4).

**¡Atención!** Practicar, incitar a la discriminación contra una persona por su discapacidad es un delito penal en Brasil.

**Con una pena:** prisión de 1 a 3 años y multa (LBI, art. 88).

La discriminación a causa de discapacidad es crimen en Brasil.

## CAPACITISMO INSTITUCIONAL

Es una forma de discriminación que se manifiesta a través de discursos que refuerzan las concepciones de pasividad e invisibilidad.

El capacitismo provoca exclusión, sufrimiento y puede reproducirse por:

- **Falta de interés por estudiar** las condiciones desiguales e inhumanas impuestas a estas personas.
- **Falta de accesibilidad** a la información producida.
- **Excluir a las personas con discapacidad (PcD)** como beneficiarias de acciones universales.
- **Asumir la incapacidad o negar la autonomía de sus decisiones.**
- **Reproducción de mitos y estigmas.**

La falta de contenidos producidos sobre la salud de las PcD demuestra el capacitismo en la salud.

## REPRODUCCIONES DEL CAPACITISMO INSTITUCIONAL (cont)

- **Falta de prácticas** que tengan en cuenta la diversidad humana.
- **Falta de reconocimiento de las características y necesidades de las personas con discapacidad**
- **Negar información** sobre su salud.
- **No garantizar la confidencialidad** profesional-usuario.
- **Falta de educación permanente** contra la discapacidad.
- **Negar a las personas con discapacidad su integralidad** al no tener en cuenta su género, sexualidad, raza, color y etnia.
- **Impedir que ocupen espacios de participación y representación.**

La normatividad corporal define el cuerpo humano a partir de un padrón. Quienes estén por fuera de la norma estandar se consideran inferiores.

## EL CAPACITISMO ES ESTRUCTURAL Y ESTRUCTURA LAS RELACIONES SOCIALES

Las barreras a la participación están naturalizadas y pasan desapercibidas.

Como todos los prejuicios estructurales, o eres parte del problema o eres parte de la solución.

Reducir las barreras a la participación para combatir el capacitismo.



Asuma su responsabilidad en eliminar el capacitismo.

## LA DISCAPACIDAD ES UN PRODUCTO SOCIAL

La discapacidad no está en la persona.

Resulta del encuentro de ciertos cuerpos con barreras en su participación, que permanecen naturalizadas.

No veas la discapacidad como una tragedia o una cuestión individual.

La lucha contra las barreras y el cuidado deben ser un compromiso de toda la sociedad.



La discapacidad es un producto social que sitúa la diferencia funcional como sinónimo de desigualdad.

## LA DISCAPACIDAD NO DEFINE LA PERSONALIDAD

Deshazte del mito de que las personas con discapacidad son cariñosas, pasivas o agresivas. Son personas diferentes, como cualquier otra.

No definas a una persona por su discapacidad. Es sólo una característica entre otras muchas que poseen.

Reconoce y valora las distintas formas de estar en el mundo.



Las personas con o sin discapacidad son plurales, evite generalizaciones.

## RESPETAR EL PROTAGONISMO DE LAS PERSONAS

Dirígete a la persona con discapacidad cuando quieras pedirle información.

No utilices diminutivos ni una voz infantil.

No deshumanices ni reduzcas a la persona a su discapacidad.

Infórmate y escucha lo que tiene que decir la persona con discapacidad.



Elimine pensamientos capacitistas

No infantilizar las personas con discapacidad.

## ELIMINE EXPRESIONES PREJUICIOSAS DE SEU VOCABULARIO

No utilices términos con características de personas con discapacidad como referencia a incapacidad, limitación o desventaja.

No utilices palabras ofensivas, prejuiciosas o condescendientes como inválido, enfermo, especial, ángel.

Anteponga siempre la persona a la discapacidad u otra característica. Ejemplo: persona ciega, persona sorda, persona autista.

En caso de duda, pregunta a la persona cómo prefiere que la llamen.



Elimine los discursos capacitistas

Tu debes ser amiga de mi vecina.  
Es especial, pequeñita,  
¡como tú!

La noción de anormalidad procede de términos que reafirman el cuerpo estándar. Estos términos deben evitarse.

## CONSEJOS PARA SUSTITUIR LOS TÉRMINOS CAPACITISTAS EN SU VIDA COTIDIANA

Incorrecto X	Correcto ✓
Se hace el sordo	Parece que no has oído / entendido
Parece que es ciego	No entendió o no se dio cuenta de algo
Es muy tullido	Con dificultades de locomoción o movimiento corporal
Es muy autista	Está distraída
Se hace el bobo, lunático	Con dificultades de comprensión o raciocinio
Igual a ciego en un tiroteo	Está perdido, confundido
Confinado a una silla de ruedas	Persona o usuario de silla de ruedas
Con defecto de nacimiento	Persona con discapacidad cogénita
Personas con defecto / problema	Personas en situación de discapacidad
Retardado mental	Personas con dificultades de aprendizaje

Las expresiones capacitistas refuerzan los estigmas y causan sufrimiento.

## COMUNICACIÓN: DERECHO DE TODAS LAS PERSONAS

La comunicación debe ser eficaz para conocer y respetar las decisiones de las personas.

Garantizar la accesibilidad de la comunicación con audiodescripción, subtítulos, lenguaje de señas, lenguaje sencillo, comunicación aumentativa y alternativa (CAA).

El uso de letra ampliada, buen contraste, poca información en pantalla y descripción de imágenes favorece la comunicación.



Accesibilidad comunicacional es un derecho por la ley.



Accesibilidad  
en la Comunicación  
en el código QR

## NO TE CONSIDERES SUPERIOR A LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD

No utilices los logros de una persona con discapacidad como motivación personal.

No asumas que tener una discapacidad es motivo de desánimo y de una vida inferior y subordinada.

No inferiorices a la persona por su discapacidad. Puede tener más capacidades que tú, como cualquier otra persona.

La discapacidad no es una enfermedad, no es algo que haya que curar o superar.

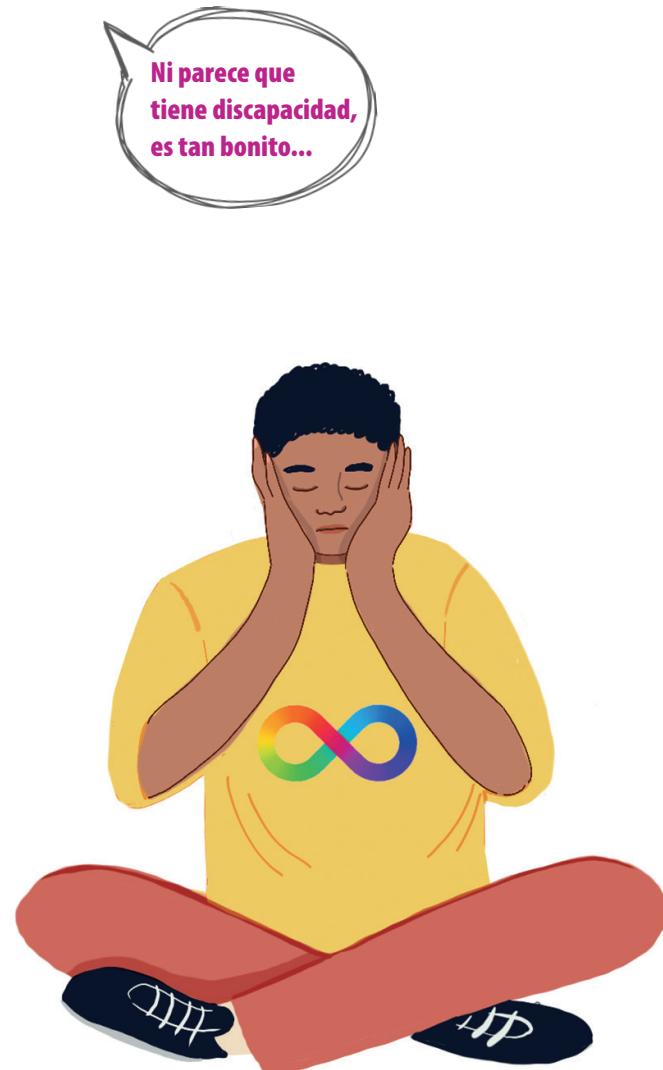
No asociés la idea de una vida feliz a la ausencia de discapacidad.

La curiosidad por la discapacidad tiene que ver con la falta de oportunidades para socializar.

Replantea tus prácticas excluyentes y evita vergüenzas como las preguntas invasivas y las miradas de lástima.

**No use la persona con discapacidad como ejemplo de superación.  
La violación de los derechos humanos es lo que dificulta su vida.**

Elimine los discursos  
capacitistas



## CONSEJOS PARA EDUCAR A NIÑOS ANTI-CAPACITISTAS

- Promover la convivencia: crear oportunidades para que los niños con y sin discapacidad socialicen con el fin de deconstruir estereotipos.
- Mostrar situaciones en las que se producen prejuicios/exclusión. Ejemplo: juegos que no son compatibles con todos los niños.
- Enseñar que los niños con discapacidad no son débiles, que tienen capacidad de entender una dinámica de juegos y que se les puede incluir en los juegos infantiles.
- Explique las diferencias percibidas: no ignore la curiosidad de los niños. Si tiene dudas sobre qué decir, pida ayuda a la familia del otro niño.
- Utilice libros, películas y otros materiales para ayudar a los niños a ver la diversidad como parte de la vida.



Elimina de tu vida cotidiana los comentarios que refuerzan las nociones de diferencia entre personas con y sin discapacidad.

## CONSEJOS PARA COMBATIR EL CAPACITISMO INSTITUCIONAL

- Cambie de actitud: introduzca a las personas con discapacidad en los entornos que ocupa.
- Promueva la escucha de las personas con discapacidad, respetando su autonomía, sus límites y sus posibilidades.
- No presuma pasividad, incapacidad o falta de iniciativa. Incluya la persona en las actividades y escuche lo que tiene que decir.
- Pregunte a la persona con discapacidad si hay alguna adaptación o iniciativa que le permita vivir mejor en el espacio.
- El acceso a la comunicación y a la información es un derecho de todos: ponga de su parte para que la institución respete este derecho.
- Identifique las barreras que dificultan la participación en la institución y promueva acciones contra el capacitismo.

Las acciones para incluir a las personas con discapacidad no pueden limitarse a las fechas conmemorativas.

Elimine los discursos  
capacitistas



Busque conocer las características y necesidades de las personas con discapacidad.

## **EXCLUSIÓN SOCIAL DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD EN BRASIL: ¡ESTO ES CAPACITISMO!**

Las familias brasileñas con al menos una persona con discapacidad se vieron más afectadas por el hambre en el periodo pós-covid.

Las personas con discapacidad tienen menos oportunidades de trabajar y más probabilidades de tener bajos niveles de escolarización. Para aquellas negras o indígenas, el acceso, el acceso a la educación y al trabajo es aún peor.

Las personas con discapacidad son más vulnerables a la violencia.

Las personas con discapacidad intelectual tienen los peores indicadores sociales.

No hay que idealizar el esfuerzo que hacen las personas con discapacidad para ocupar espacios sociales.

La participación de una persona con discapacidad en los espacios sociales no significa que todas las demás podrían estar allí si quisieran.

Fuente: PNS, 2021, IPEA, 2021, Bird, 2021.

**Denuncia el capacitismo, ¡LLAMA al 100!, en Brasil  
Si la violencia es contra mujeres con discapacidad, ¡LLAMA al 180!  
Denunciar la violencia es deber de todos.**

## **FICHA TÉCNICA**

Este trabajo fue realizado con el apoyo del Programa de Políticas Públicas y Modelos de Atención y Gestión en Salud (PMA/VPPCB), del Programa de Promoción del Desarrollo Científico y Tecnológico Aplicado a la Salud Pública, Ensp/Fiocruz, y del proyecto "La experiencia de la discapacidad en territorios vulnerables", Ensp y Coordinación de Cooperación Social. Es el resultado de un esfuerzo colectivo en el que han participado diversas instituciones y personas.

### **MINISTERIO DE LA SALUD**

Nísia Trindade Lima

### **SECRETARÍA DE ATENCIÓN ESPECIALIZADA EN SALUD**

Adriano Massuda

### **DEPARTAMENTO DE ATENCIÓN ESPECIALIZADA Y TEMÁTICA**

Suzana Ribeiro

### **COORDINACIÓN GENERAL DE SALUD PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD**

Arthur Medeiros

### **MINISTERIO DE LOS DERECHOS HUMANOS Y DE LA CIDADANIA**

Silvio Luiz de Almeida

### **SECRETARIA NACIONAL DE LOS DERECHOS DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD**

Anna Paula Feminella

### **FUNDACIÓN OSWALDO CRUZ – Fiocruz**

Mário Moreira

### **VICEPRESIDENCIA DE INVESTIGACIÓN Y COLECCIONES BIOLÓGICAS – VPPCB**

Maria de Lourdes Aguiar Oliveira

### **PROGRAMA DE POLÍTICAS PÚBLICAS Y MODELOS DE ATENCIÓN Y GESTIÓN EN LA SALUD – PMA**

Isabela Soares Santos

Roberta Argento Goldstein

### **ESCUELA NACIONAL DE SALUD PÚBLICA**

#### **SERGIO AROUCA – Ensp**

Marco Menezes, Luciana Dias de Lima

#### **DEPARTAMENTO DE ADMINISTRACIÓN Y PLANEACIÓN EN SALUD – DAPS/Ensp**

Carla Lourenço Tavares de Andrade

#### **COMITÉ FIOCRUZ POR LA INCLUSIÓN/ACCESIBILIDAD DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD**

#### **ELABORACIÓN**

Laís Silveira Costa (laís.costa@fiocruz.br),  
Carolina Aguilar, Sônia Gertner,  
Maria Helena Mendonça, Gabriel Lima Simões  
Danielle Bittencourt, Vitória Bernardes,  
Hellosman de Oliveira Silva,  
Yeison Andres Ramírez

#### **APOYO**

Frente Nacional de Mulheres com Deficiência  
Conselho Nacional de Saúde  
Acolhe PCD  
Simples Assim

#### **DISEÑO/EDITORACIÓN**

Dalila dos Reis

#### **ILUSTRACIONES**

Janna Brilyantova

#### **TRADUCCIÓN**

Yeison Andres Ramírez

**¿QUIERE SABER MÁS SOBRE LA SALUD DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD?**  
Lea la Ley Brasileña de Inclusión (Ley 13.146/2015) y acceda a nuestra serie en los Códigos QR:



Lucha  
contra el capacitismo



Educomunicación y salud de la  
Persona con discapacidad

**Si eres testigo de discriminación por motivos de discapacidad, ¡denúncialo!**



Pessoa com  
Deficiência

