

MANUAL DE ESTILO



COCEMFE

Castilla y León

INDICE

1.- Presentación.

2.- Objetivos.

3.-¿Qué es COCEMFE Castilla y León?

Misión, Visión, Valores.

4.-Entidades que integran COCEMFE Castilla y León.

5.- Grupos de interés.

6.- Objetivos generales en comunicación.

7.- Utilización del lenguaje. Recomendaciones.

8.-Lenguaje inclusivo.

9.- Utilización de la imagen.

10.- Glosario.

1.- Presentación:

El principio básico que sustenta este Manual lo ofrecen las Naciones Unidas dentro del Programa de Acción Mundial para las Personas con Discapacidad (párrafo 27):

“ De las personas con discapacidad se debe esperar que desempeñen su papel en la sociedad y cumplan sus obligaciones como adultos. La imagen de las personas con discapacidad depende de las actitudes sociales basadas en sus factores diferentes, que pueden constituir la mayor barrera a la participación y a la igualdad. Solemos ver la discapacidad por el bastón blanco, las muletas, las ayudas auditivas y las sillas de ruedas, pero no a la persona. Es necesario centrarse sobre la capacidad de las personas con discapacidad y no en sus limitaciones”.

2.- OBJETIVO:

El objetivo de este manual de estilo es fijar un conjunto de criterios de uso general para todas las Entidades miembro de COCEMFE Castilla y León que nos hagan más eficaces a la hora de trasladar una imagen correcta de las personas con discapacidad física y orgánica y de nuestro trabajo ante las instituciones, los medios de comunicación, otras entidades y asociaciones, familias, voluntarios,

colaboradores, empresas y la sociedad en general, en definitiva, ante todos nuestros grupos de interés.

Marcaremos una serie de pautas y claves de cómo debemos hacer una comunicación eficaz para que se sepa qué y cómo somos , lo que hacemos y lo que queremos.

Por ello este manual está dirigido a responsables de comunicación, de forma particular, pero también al resto de trabajadores de las diferentes entidades miembro, de forma general, ya que en estas páginas se recogen las especificaciones sobre nuestra imagen que deberá ser difundida por todos y cada uno de los empleados en el desempeño de sus tareas sean éstas las que sean.

También está dirigido a las entidades que forman parte de la Confederación puesto que, como miembros de ella, deberán regirse y atender los mismos criterios generales.

3.-¿QUÉ ES COCEMFE CASTILLA y LEÓN?

Misión, visión y valores.

COCEMFE CASTILLA Y LEÓN es la **Confederación de Personas con Discapacidad Física y Orgánica de Castilla y León** constituida el 19 de mayo de 2005 que agrupa a las provincias de Palencia, Burgos, Soria y León y está integrada por 46 asociaciones locales de personas con discapacidad física y orgánica y

dos entidades autonómicas, ADAMPI Castilla y León (la asociación de personas amputadas de Castilla y León) y la Federación de Fibromialgia y fatiga crónica de Castilla y León.

Tiene carácter abierto, pudiendo integrarse en la misma las Federaciones que se dediquen a la **promoción y defensa de los derechos de las personas con discapacidad** física y orgánica en la Comunidad Autónoma de Castilla y León.

MISIÓN

La misión de COCEMFE CASTILLA y LEÓN es mejorar la calidad de vida y la atención integral de las Personas con Discapacidad física y orgánica y sus familias de la Comunidad de Castilla y León, promoviendo desde el respeto y la igualdad de oportunidades la defensa de sus derechos humanos y fundamentales y apoyar su autonomía y desarrollo personal, así como servir de interlocutor en el ámbito asociativo y promotor de la actividad asociativa de la comunidad para favorecer la plena integración y participación social de las Personas con Discapacidad en todos sus ámbitos.

VISIÓN

La visión de COCEMFE CASTILLA y LEÓN se resume en la creación activa de un futuro mejor para las Personas con Discapacidad y sus familias. Para ello pretende:

- **Promover la innovación** a través de nuevas líneas de actuación para mejorar la atención integral ofrecida a las Personas con Discapacidad y sus familias en la Comunidad de Castilla y León en materia de empleo, apoyo psicosocial,

accesibilidad universal, ocio y tiempo libre adaptados, sensibilización e información sociocomunitaria y los servicios destinados a las entidades del sector de la discapacidad.

- **Consolidarse como referente con entidad suficiente en el ámbito de la discapacidad** para las personas, empresas, asociaciones del tercer sector y otras organizaciones.

- **Acercar nuestros servicios y recursos especialmente al medio rural** de nuestra comunidad autónoma.

- **Participar activamente en organizaciones de ámbito nacional e internacional** que prestan servicios a Personas con Discapacidad física y orgánica y sus familiares.

- **Difundir el uso de las nuevas tecnologías** para facilitar información y el asesoramiento profesional, la autonomía personal, la atención integral, la inserción sociolaboral y la calidad de vida de las Personas con Discapacidad y sus familias de la Comunidad de Castilla y León y los servicios ofrecidos a nuestras entidades miembros.

- **Eliminar las barreras de discriminación en relación a la discapacidad y el género**, promoviendo la igualdad de oportunidades y la justicia social.

- **Favorecer e impulsar el asociacionismo y la participación activa** en la comunidad de las Personas con Discapacidad

física y orgánica y sus familias en Castilla y León, así como la promoción del trabajo en red de las entidades afines del tercer sector.

- **Fomentar la autonomía, el desarrollo personal y el ejercicio pleno de los derechos** de las Personas con Discapacidad física y orgánica de Castilla y León.

- **Ofrecer servicios profesionales comprometidos con la mejora continua y la atención personalizada** a las Personas con Discapacidad y sus familias y las entidades del ámbito de la discapacidad en nuestra comunidad autónoma.

VALORES.

- **Implicación** del equipo humano y directivo de COCEMFE CASTILLA y LEÓN desde el compromiso de la integridad personal y la ética profesional en la atención integral y la respuesta a las necesidades principales de nuestro colectivo y las entidades vinculadas al ámbito de la discapacidad.

- **Considerar el valor de la propia persona** por encima de todas las cosas, atención personalizada y centrada en nuestras entidades, las Personas con Discapacidad y sus familias; defendemos el valor del equipo humano como generador de cambio y entusiasmo.

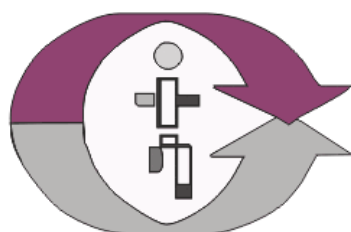
- **Compromiso con las necesidades de las personas y las organizaciones.** aunar esfuerzos y sinergias para conseguir una vida digna para las Personas con Discapacidad y sus familias en condiciones de igualdad.

- **Promover e impulsar los derechos** de las Personas con Discapacidad y sus familias, motor de cambio orientado a la dignidad, desde el compromiso del trabajo por lograr una sociedad más incluyente, que favorezca el ejercicio de los derechos fundamentales de todas las personas.

- **Calidad y transparencia** en la gestión de los recursos y los servicios ofrecidos.

4.- ENTIDADES QUE INTEGRAN COCEMFE CASTILLA Y LEÓN

ADAMPYCYL



ADAMPI CyL

Adampi CyL son las siglas de Asociación de **Amputados Ibérica, Federación de Castilla y León**. Adampi fue creada en el año 2001, y es la representación veterana y principal de amputados en todo el territorio

nacional. Adampi Castilla y León fue creada en el año 2004, y desde entonces atiende, cuida y asesora en todos los campos que afectan al colectivo que sufre esta minusvalía particular.

FEDISFIBUR



La Federación de Asociaciones de Personas con Discapacidad Física de Burgos y Provincia (FEDISFIBUR), nació en el año 1997, con el objetivo de unir los esfuerzos comunes de todas las Asociaciones de Personas con Discapacidad Física, conscientes de que solo trabajando por un objetivo común se puede llegar a la normalización e inserción integral de la persona con discapacidad física

COCEMFE LEÓN



Federación de Asociaciones de ámbito provincial con sede social en Ponferrada. Creada para promover y defender la mejora de las condiciones de vida de las personas con discapacidad física u orgánica de la provincia de León.

FADISO



FADISO se constituye el 26 de abril de 1997 y se inscribe en el registro el 7 de mayo de 1997, como entidad privada y sin ánimo de lucro, con la finalidad de favorecer el asociacionismo y la plena integración de las personas afectadas por algún tipo de discapacidad.

FEDISPA



La Federación Provincial de Asociaciones de Personas con Discapacidad de Palencia, es una entidad sin ánimo de lucro de naturaleza asociativa y de carácter abierto con ámbito provincial al amparo de la Ley Orgánica 1/2002 del 22 de Marzo, constituida en Palencia el día 18 de Octubre de 1.994 y registrada en la Gerencia Territorial de Servicios Sociales de la Junta de Castilla y León con N^o de registro: 34.0109E y fecha de inscripción: 4 de Enero de 2001.

FEDERACIÓN DE FIBROMIALGIA Y SÍNDROME DE FATIGA CRÓNICA



Fibromialgia y Fatiga Crónica España son tres Confederaciones Nacionales sin ánimo de lucro y de iniciativa social, creadas con el fin de tener una voz única ante la administración y las diferentes instituciones.

La misión de la Confederación es representar y defender los derechos e intereses globales de las personas afectadas de Fibromialgia y del Síndrome de Fatiga Crónica, así como de sus familias, tanto a nivel nacional como internacional, ante la sociedad en general, administraciones y demás instituciones, integrando e impulsando con este fin la acción de las asociaciones que forman parte de ella y de aquellas que, sin estar integradas en la Coordinadora, persiguen los mismos fines.

FACALEN

En el año 2003 algunas de las asociaciones con trayectoria en la atención a personas con Esclerosis Múltiple y sus familias reflexionan sobre la idea de generar un movimiento que trabaje de manera coordinada en Castilla y León. En el año 2005 se da de alta en los oportunos registros la FACALEM (Federación de Asociaciones de Castilla y León de Esclerosis Múltiple)

ENTIDADES MIEMBRO: En la actualidad pertenecen a la misma las siguientes Asociaciones:

- Burgos: Asociación de Familiares y Enfermos de Esclerosis Múltiple (AFAEM) León: Esclerosis Múltiple
- León (EMLeón)
- Miranda de Ebro: Asociación Burgalesa de Esclerosis Múltiple(ASBEM)
- Palencia: Asociación Palentina de Esclerosis Múltiple (APEM)
- Salamanca: Asociación Salmantina de Esclerosis Múltiple (ASDEM)
- Segovia: Asociación Segoviana de Esclerosis Múltiple (ASGEM)
- Soria: Asociación Soriana de Esclerosis Múltiple (ASOEM)
- Valladolid: Asociación Vallisoletana de Esclerosis Múltiple (AVEM)
- Zamora: Asociación Zamorana de Esclerosis Múltiple (AZDEM)

FEPACYL

La Federación de Parkinson de Castilla y León es la unión libre y solidaria de asociaciones de familiares y enfermos de Párkinson de la Comunidad de Castilla y León para representarles y ser su portavoz. Las actividades que realiza la entidad están encaminadas a promover que los servicios públicos, entre ellos los sanitarios y sociales atiendan con diligencia y eficacia los intereses de esta Federación y de las asociaciones que la integran. Así mismo se constituye como una plataforma para facilitar el dialogo con las instituciones tanto públicas como privadas. Las actividades que se llevan a cabo desde la Federación son:

Información y asesoramiento a las asociaciones integradas en cuestiones legales, económicas, sociales, sanitarias, laborales...

Promoción y fomento de una correcta información sobre la enfermedad de Parkinson y su entorno en las instituciones, en la sociedad en general y en los medios de comunicación

Facilita el intercambio de información entre todos los miembros y coordina los programas rehabilitadores de las distintas asociaciones a fin de optimizar

los resultados.

Promoción de la investigación sobre la enfermedad de Parkinson.

En la actualidad la Federación integra a las siguientes asociaciones

- Asociación Parkinson Astorga.
- Asociación Parkinson Ávila.
- Asociación Párkinson Babia-Laciana.
- Asociación Parkinson Bierzo.
- Asociación Parkinson Burgos.
- Asociación Parkinson León
- Asociación Párkinson Palencia.
- Asociación Parkinson Salamanca.
- Asociación Parkinson Segovia.
- Asociación Parkinson Valladolid.

FIBROSIS QUÍSTICA, ASOCIACIÓN DE CASTILLA Y LEÓN

La Asociación Castellano Leonesa contra la Fibrosis Quística es una asociación **sin ánimo de lucro** inscrita en el **Registro de Asociaciones de la Junta de Castilla y León con número 2002**, que agrupa a pacientes de FQ y sus familiares, creada en el año 1996.

Objetivos de la Asociación:

1. Contribuir al conocimiento, estudio y asistencia de la Fibrosis Quística
2. Contribuir al cuidado, asistencia y protección, tanto social como asistencial, de los enfermos de Fibrosis Quística
3. Promocionar los servicios médicos, asistenciales, educativos, laborales y sociales necesarios y adecuados para el tratamiento de los enfermos de Fibrosis Quística
4. Crear y fomentar la acogida, orientación e información, tanto de los enfermos como de los familiares a cargo de su tutela y cuidado.
5. Sensibilizar y divulgar sobre los problemas humanos, psicológicos y sociales de las personas con Fibrosis Quística.

5.- GRUPOS DE INTERÉS

Es importante establecer cuáles son nuestros grupos de interés como uno de los puntos importantes de la comunicación. Es decir saber quién es nuestro interlocutor para así poder hacer llegar nuestro mensaje de la manera más conveniente y eficiente para cada destinatario pero teniendo en cuenta, en todos los casos, los criterios establecidos en este manual de estilo.

De forma general definimos dos tipos de grupos de interés:

- **Internos** : en ellos incluiremos a las personas con discapacidad física y orgánica, los profesionales que trabajan en nuestra organización , directivos, asociaciones, familiares, cuidadores, voluntarios y colaboradores.
- **Externos**: administraciones públicas, población en general, profesionales del ámbito de la atención social, entidades similares, profesionales de los medios de comunicación, empresas, posibles patrocinadores.

6.- OBJETIVOS GENERALES EN COMUNICACIÓN

1. **Dejar a un lado el enfoque victimista** que en ocasiones se ha trasladado de las personas con discapacidad para centrarnos en el abordaje de los verdaderos problemas que afectan a las personas con discapacidad como ciudadanos de pleno derecho (acceso al empleo, la vivienda, atención sanitaria, promoción de un entorno accesible y sin barreras, ocio etc).
2. **Presentar a las personas con discapacidad como ciudadanos de pleno derecho**, independientes y protagonistas de sus propias vidas, subrayando sus capacidades y favoreciendo una visión normalizada. Es entonces cuando la sociedad avanzará hacia un concepto aún más evolucionado que el de la integración: la normalización, es decir, concebir la discapacidad como una circunstancia que potencialmente nos puede suceder a todos.
3. **Desterrar el lenguaje discriminatorio** y estigmatizante que pone el énfasis sobre la discapacidad por delante de la condición de persona.
4. **Ofrecer una imagen activa, positiva y normalizadora** de las personas con discapacidad.

7.- UTILIZACIÓN DEL LENGUAJE

El lenguaje no es neutral. El uso y la intencionalidad que se le dé pueden modificar el significado de muchas palabras. Con el lenguaje se puede integrar o marginar.

El lenguaje es un producto social e histórico **que influye de forma directa y determinante en nuestra percepción de la realidad**. El lenguaje condiciona nuestro pensamiento y determina nuestra visión del mundo.

Palabras anticuadas, inexactas o inapropiadas pueden servir para perpetuar imágenes sociales negativas y estigmatizar a personas o grupos. Por ello consideramos sumamente importante cuidar el lenguaje que se utiliza, en nuestro caso concreto, al referirnos a las personas con discapacidad.

De forma general es preciso incidir en el hecho de que COCEMFE CASTILLA Y LEÓN aún a las personas con discapacidad física y orgánica, aunque no siempre se entiende conceptualmente esta diferenciación:

- La discapacidad física hace referencia a la disminución o ausencia de funciones motoras o físicas, que a su vez repercute, en el desenvolvimiento o forma de llevar a cabo determinadas actividades en una sociedad que presenta severas limitaciones y barreras. Por ello las personas con discapacidades físicas encuentran dificultades en la realización de movimientos o en la manipulación de objetos y les puede afectar a otras áreas como el lenguaje.

- La discapacidad orgánica es aquella producida por la pérdida de funcionalidad de algunos sistemas corporales, que suelen relacionarse con los órganos internos o procesos fisiológicos, ya sean de forma congénita o adquirida. Es el caso de enfermedades renales (riñón), hepáticas (hígado) cardiopatías (corazón), fibrosis quística (pulmones), enfermedad de Crohn y enfermedades metabólicas (aparato digestivo); Linfedema (sistema linfático), hemofilia (coagulación de la sangre), lupus (sistema inmune); y cefaleas, migrañas, alzhéimer, párkinson, trastornos del sueño, fibromialgia o síndrome de fatiga crónica (sistema nervioso central). A la invisibilidad, la incomprensión familiar, social y laboral y la falta de reconocimiento oficial por parte de la Administración se suman problemáticas diferentes en cada una de ellas que suponen importantes obstáculos en la vida diaria e influyen en la calidad de vida.

Pautas a seguir en el uso del lenguaje:

1. Utilizar el término “persona con discapacidad” frente a “discapacitado”, u otros términos tan negativos como “minusválido”, “mutilada”, o “disminuido”.
 - Eliminar términos como: Disminuido, Minusválido, Discapacitado, Inútil Anormal y sustituirlos por “persona con discapacidad”.
 - Eliminar términos como: Deforme, Impedido, Inválido, Lisiado, Cojo, Paralítico, Tullido y sustituirlos por “persona con discapacidad física”.

- Eliminar términos como: Sordomudo, Sordo, Mudo, Invidente, Ciego y sustituirlos por “persona con discapacidad visual, auditiva o sensorial”.
 - Eliminar términos como: Deficiente Idiota Imbécil Mongólico Oligofrénico Retrasado Subnormal Anormal y sustituirlos por “persona con discapacidad intelectual”.
 - Eliminar términos como: Esquizofrénico, Demente, Loco, Perturbado, Psicópata, Tarado y sustituirlo por “persona con enfermedad mental”.
2. Debemos huir de mencionar a las personas con discapacidad como “el minusválido, la ciega, los epilépticos, una tetrapléjica”, etc. Los términos descriptivos deben ser usados como adjetivos, no como sustantivos.
- En lugar de sustantivar adjetivos debemos utilizar otros términos absolutos poniendo la palabra “persona” delante. En vez decir “la tetrapléjica” diremos la persona con tetraplejía.
- Tampoco se deben utilizar los términos “discapacitado orgánico” o “discapacitado físico” sino “personas con discapacidad orgánica” o “persona con discapacidad física”.
3. Términos desaconsejados: diversidad funcional, otras capacidades, capacidades diferentes.
- COCEMFE considera que estos términos son eufemismos, cargados de condescendencia que generan confusión, inseguridad jurídica y rebajan la protección que todavía es necesaria. Todos/as somos diversos/as, la diversidad es aplicable a todas las personas. Por tanto, además de ser ambiguo, hace invisible a este grupo social y oculta su realidad. Al ser tan

genéricos, no se entiende bien a qué se refieren estos términos. Además, con ellos, se resta valor a la problemática que supone tener una discapacidad, ya que están poniendo la discapacidad al mismo nivel que la habilidad que tienen todas las personas para desempeñar unas u otras actividades.

Como se refleja en el primer apartado, el término discapacidad es el que aglutina derechos reconocidos legalmente y que cuenta con el mayor respaldo social. En ninguna ley se habla de diversidad funcional, por tanto, al menos en tanto no haya un reconocimiento y amparo legal para esta expresión, es mejor emplear el término discapacidad.

4. Debemos eliminar las descripciones negativas o sensacionalistas de la discapacidad de una persona. No diremos “sufre de”, “una víctima de”, o “padece de”. Estas acepciones suscitan una compasión no deseada, y lo que deseamos obtener no es eso sino una aceptación social fundada en el respeto hacia sus derechos como ciudadanos y ciudadanas. Tampoco se deben utilizar expresiones como “postrado en una silla de ruedas”, “condenado a ...” sino “persona en cama” o “persona usuaria de silla de ruedas” o “que utiliza silla de ruedas”.
5. Eliminar el uso de eufemismos condescendientes como “personas diferentes”, “con problemas físicos”, “física-mente limitados”, “invidentes”, y diminutivos como “sillita” o “carrito” para referirse a la silla de ruedas, o “taca taca” para definir un andador. Todos estos términos impiden mirar a la discapacidad de frente. Lo correcto sería hablar de “personas con discapacidad física” o “personas ciegas”, de “silla de ruedas” o de “andador”.

6. Las personas con discapacidad no son “personas especiales”, por lo que proponemos la eliminación de esta expresión por las connotaciones que tiene. Todas las personas son únicas por lo que todas las personas son especiales.

7. No somos superhombres, ni supermujeres.
En ocasiones los medios de comunicación o las personas presentan los logros de nuestro grupo social como una heroicidad, cuando el tratamiento adecuado para estas situaciones es el de la normalidad. Cuando nuestros derechos están garantizados y disponemos de los apoyos necesarios, las personas con discapacidad podemos alcanzar las mismas metas que cualquier otra persona.

8. Se recomienda hablar de “autonomía personal” para hacer referencia al derecho que tiene una persona a decidir cómo, dónde y con quién quiere vivir. Para ello las personas con discapacidad demandan los medios que les permitan llevar a la práctica este principio: la asistencia personal y los productos de apoyo necesarios.

9. Se empleará la expresión “personas en situación de dependencia” y no “dependiente”.

10. Es generalizado el uso del término “discapacitado psíquico” para referirse a personas con discapacidades muy distintas, como la discapacidad intelectual y la enfermedad mental. Mucho mejor si especificamos de qué discapacidad se trata (persona con Síndrome de Down, niño con autismo, persona con esquizofrenia, etc.).

11. Otro término incorrecto es “sordomudo”. Puede ser que debido a la sordera, algunas personas no articulen bien las palabras o no modulen adecuadamente la voz, pero la mayoría no tienen ninguna discapacidad para hablar. Se debe utilizar “personas sordas” o “personas con discapacidad auditiva”.
12. “Discriminación positiva” resulta un término negativo discriminación. Se debería emplear el término “acción positiva”.
13. De igual manera, el término “gasto social” tiene connotaciones negativas (gasto). Se debiera sustituir por “inversión social”.
14. En la legislación española aún persisten términos referidos a la discapacidad que resultan peyorativos, pero el hecho de que se denominen de esta manera no quiere decir que sean correctos y no sea necesaria su modificación por otros que aporten un aspecto positivo y, por tanto, favorezcan la participación social de las personas con discapacidad. En este sentido, hay que tener en cuenta que es muy difícil designar con un solo término, de forma simplista, los conceptos a los que hacen referencia y convendría evitar la tendencia a la economía del lenguaje utilizando las expresiones correctas. El término “incapacidad permanente” que se adjudica a un trabajador que tiene una enfermedad profesional o ha tenido un accidente laboral, lo que le impide trabajar “Invalidez”, define a esa persona como “incapacitado” (no capaz). “invalidez” que administrativamente define y justifica, por ejemplo, la concesión de una pensión por motivos de salud, define a la persona como “no válida”.
15. Evitar el uso de la palabra “colectivo”: la integración social de las personas con discapacidad implica la normalización. El uso de

términos que hacen referencia a grupos supone una barrera psicológica de la exclusión e implica por tanto la visión de las personas con discapacidad como un grupo humano excluido.

16. Muchas veces necesitamos sinónimos en nuestros escritos u exposiciones para no ser reiterativos con el término “personas con discapacidad”; en este caso desde COCEMFE optamos por “grupo social”, por llevar la palabra social en él y ser la integración y normalización social nuestro principal objetivo. Otras alternativas serían “ grupo de personas” o “esta parte de la sociedad”
17. En lugar de usar el término “normal” para referirnos a las personas sin discapacidad, es preferible decir “personas sin discapacidad”, si es necesario hacer comparaciones.
18. No podemos obviar que las personas con discapacidad son hombres y mujeres con discapacidad. Debemos evitar un lenguaje sexista que discrimine por partida doble a la mujer con discapacidad.
19. Por otra parte, COCEMFE Castilla y León aúna a la discapacidad física y orgánica. Entendemos por discapacidad orgánica: aquella en la que son los **órganos internos** los que están afectados, por eso muchas veces se asocia a enfermedades que no son perceptibles. Muchas personas en la actualidad nacen y viven día a día marcadas por una discapacidad invisible a la vista, esta discapacidad afecta seriamente sus órganos internos. Enfermedades como La fibrosis quística, la hemofilia, la hepatitis, la diabetes, enfermedad de Crohn, el VIH y las cardiopatías congénitas son algunas de las dolencias que constituyen las

denominadas “Discapacidad Orgánica”. Según sus características y como repercuten en la vida de las personas que las padecen se catalogan como enfermedades discapacitantes. Fuera de esta clasificación quedan, aunque afecten a órganos, todas las discapacidades relacionadas con la visión o con el oído puesto que éstas tienen su propia clasificación como discapacidades visuales y auditivas. En este caso y a la hora de referirnos a estas personas habrá que ceñirse a las recomendaciones básicas antes señaladas. Es decir, no “padece fibrosis quística”, sino “tiene fibrosis quística”, no “discapacitado orgánico” sino “persona con discapacidad orgánica”, etc.

20. No utilizar términos de sobreprotección y evitar el uso de un lenguaje infantilizado.
21. Mostrar con naturalidad los éxitos y las dificultades de las personas con discapacidad. Las personas con discapacidad no son heroicas, por ello requieren un tratamiento simplificado sin recrear la pena o atribuir valores casi sobrehumanos. No incidir en exceso en el tópico de la superación.
22. Se recomienda el uso del término “participación”, en vez de “integración” o “inclusión”. Según el diccionario de la Real Academia Española de la Lengua, las distintas acepciones del término “participación” engloban significados que concuerdan con la concepción de la discapacidad: tomar parte en algo, compartir...

8.- GLOSARIO DE SOLUCIONES INCLUSIVAS CON LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD

Lenguaje inclusivo	Lenguaje no inclusivo
Persona con discapacidad	Persona discapacitada
Grupo social de las personas con discapacidad	Discapacitado Inválido, minusválido, disminuido, retrasado, tullido, mutilado, cojo
Esta parte de la sociedad	Diversidad funcional, otras capacidades, capacidades diferentes
Tener una discapacidad / enfermedad	Padecer, sufrir, víctima de una discapacidad / enfermedad/ afectado/a
Persona con discapacidad física	Discapacitado físico
Persona con discapacidad orgánica	Discapacitado orgánico
Persona usuaria de silla de ruedas, que utiliza silla de ruedas	Postrado en / condenado a una silla de ruedas,
Persona con tetraplejia / paraplejia	Tetraplético / parapléjico
Personas sin discapacidad, el resto de la población	Personas normales

9.- LENGUAJE NO SEXISTA

COCEMFE Castilla y León y sus entidades miembros promueven la utilización de un lenguaje inclusivo, la utilización de una comunicación con perspectiva de género.

Esto supone la inclusión en el lenguaje y las imágenes de un trato igualitario y respetuoso hacia hombres y mujeres, utilizando todos los recursos y herramientas disponibles que nos ofrece la lengua.

Pautas y recomendaciones:

- No se considera uso sexista la utilización de palabras gramaticalmente masculinas o femeninas que designan a seres humanos, colectiva o individualmente, pero sin especificar el sexo (por ejemplo pueblo o persona). O el uso de términos que, por definición son neutros como “líder”. En casos como éste no es pertinente la búsqueda de nuevos términos que diferencien el género.
- Es recomendable la utilización de términos colectivos o genéricos a usar las dobles formas, cuando dispongamos de términos tanto masculinos como femeninos que se refieren a ambos sexos.
Varios ejemplos :

- Usar gerencia en vez de gerente
- Usar amistades en vez de amigos
- Usar personal, plantillas o personas en vez de trabajadores
- Usar dirección en vez de director.

- Destacar a las personas de ambos sexos. Para no excluir a nadie , a veces es inevitable el uso de dobles formas debido a la inexistencia o imposibilidad de usar genéricos.
- Una buena forma de evitar el lenguaje sexista es hablar en tercera persona del singular (ejemplo en vez de “los investigadores” usar “el personal investigador”).
- Sustituir las construcciones copulativas que exijan un adjetivo en masculino por otras construcciones reflexivas o impersonales (tener o sentir + sustantivo) . Un ejemplo : en vez de “estamos comprometidos con la calidad de vida” usar “ nuestra entidad tiene un compromiso con la calidad de vida”.
- Utilizar pronombres que no estén marcados para el género como quién o quiénes (ejemplo usar “ quienes piensan que” en vez de “ los que opinan que”).
- Eliminar el artículo en sustantivos neutros. Ejemplo: usar “fui con colegas profesionales” en vez de “fui con algunos de los colegas profesionales”.
- Evitar el uso del pronombre “nosotros”. (ejemplo : usar “ valoramos en este proyecto” en vez de “nosotros valoramos en este proyecto”)
- Se desaconseja el empleo de la @ salvo en las comunicaciones por correo electrónico o en las comunicaciones informales.

- No anteponer sistemáticamente el masculino. A lo largo de todo un texto se puede alternar el orden (usar “para conseguir la igualdad efectiva entre hombres y mujeres” y “para conseguir la igualdad efectiva entre mujeres y hombres” de forma indistinta y alternada).

En cuanto a la utilización de imágenes :

- Evitar el uso de imágenes con referencia sexista. En algunos casos se reproducen estereotipos que en la mayoría de las ocasiones refuerzan relaciones desiguales y sesgos sexistas en las concepciones de lo humano.

HERRAMIENTAS PARA LA REDACCIÓN SIN GÉNERO

REDACCIÓN SIN GÉNERO

	Redacción inclusiva	Redacción no inclusiva
Determinantes inclusivos , en lugar de determinantes marcados genéricamente	<p>Cada, cualquiera, alguien</p> <p>Ej. “Cualquier persona tiene sentimientos”</p> <p>“Cada estudiante tendrá un plazo de seis meses...”</p> <p>“¿Alguien quiere preguntar?”</p>	<p>o/a; un/una; este/esta; alguno/a</p> <p>“Todos tenemos sentimientos”</p> <p>“El estudiante tendrá un plazo de seis meses...”</p> <p>“¿Alguno quiere preguntar?”</p>

<p>Oraciones impersonales, cambiando hábitos de redacción y usando reestructuraciones sintácticas</p>	<p>Frases de relativo introducidas por que/quien</p> <p>Ej. “Quien lee esta revista”</p> <p>“Quien represente”</p> <p>Uso de “si” y “se” como impersonales</p> <p>Ej. “Si alguien presenta una demanda”</p> <p>“Se propone”</p>	<p>“Los lectores de esta revista”</p> <p>“Los representantes”</p> <p>“El demandante”</p> <p>“Ellos proponen”</p>
<p>Genéricos reales sustantivos abstractos, en lugar de genéricos masculinos</p>	<p>Ej. “Personas”, “gente”, “la humanidad”</p> <p>“vecindario”, “alumnado”, “redacción”, “alguien”</p>	<p>“Hombres”, “todos”, “vecinos”, “alumnos”, “redactores”, “alguno”</p>
<p>Perífrasis, rodeo para evitar lenguaje sexista:</p>	<p>Ej. “La población madrileña”</p>	<p>“Los madrileños”</p>
<p>Omisión de determinantes para aludir a ambos géneros</p>	<p>Ej. “Jóvenes y mayores están siempre de acuerdo”</p>	<p>“Los jóvenes y los mayores están siempre de acuerdo”</p>

REDACCIÓN CON AMBOS GÉNEROS

Cuando tengamos que utilizar sustantivos con forma masculina, no debemos descartar la posibilidad de presentar ambas formas: masculina y femenina

	Redacción inclusiva	Redacción no inclusiva
Dobles flexiones	“Las madres y los padres” “Las jugadoras y los jugadores”	“Los padres” “Los jugadores”
Dobles flexiones en todos los elementos de la oración	“Las nuevas alumnas interesadas y los nuevos alumnos interesados”	“Los nuevos alumnos interesados”
Flexión en un elemento de la oración, por economía lingüística	“Las nuevas alumnas y alumnos interesados”	“Los nuevos alumnos interesados”
Feminización de profesiones tradicionalmente masculinizadas	“La jueza” “La médica” “La técnica”	“La juez” “La médico” “La técnico”
Barra	“Alumna/o” “Secretario/a”	“Alumno” “Secretario”
Tratamiento inclusivo por escrito a personas que desconocemos su género	“Doña/don” “Sra. y Sr.”	“Don” “Sr.”

	Redacción inclusiva simplificada	Redacción inclusiva
Concordancia de proximidad para evitar alargamiento de secuencias	“La abuela o abuelo” “Las trabajadoras y trabajadores”	“La abuela o el abuelo” “Las trabajadoras y los trabajadores”
Concordancia de proximidad para facilitar la lectura	“Las autoras y autores interesados”	“Los/as autores/as interesados/as”
Arroba o “x” , solo para uso informal y redes sociales, ya que es poco comprensible en lenguaje sencillo	“Tod@s estáis invitad@s...” “Todxs estáis invitadxs...”	“Todas las personas estáis invitadas...”

ORDEN DE PRESENTACIÓN DE GÉNEROS

Mantener el orden clásico, masculino-femenino, implica una opción que jerarquiza y presenta el femenino como eterno secundario. Podemos incorporar en nuestros hábitos de expresión las siguientes alternativas:

	Redacción inclusiva	Redacción no inclusiva
Adelantar la mención a la mujer	“Las mujeres y hombres...”	“Los hombres y mujeres”
Alternancia de géneros	“Las trabajadoras y trabajadores de la empresas (...) los trabajadores y trabajadoras...”	“Los trabajadores y trabajadoras”

GLOSARIO DE SOLUCIONES NO SEXISTAS

Redacción inclusiva	Redacción no inclusiva
Personas, gente, la humanidad, cualquiera	Hombres, todos
Persona usuaria / beneficiaria	usuario
Vecindario	Vecinos
Alumnado, estudiantes	Alumnos
Alguien	Alguno
Población madrileña	Los madrileños
Personas migrantes /población inmigrante	Los migrantes
La plantilla / personas contratadas	Los trabajadores
Personal sanitario	Los médicos, enfermeros
Personal de obstetricia	Matrona
Persona encargada	Encargado
Funcionariado	Funcionario
Profesorado	Profesores
Familia, progenitores	Padres/ madre/ padre
Clientela	Cliente
Competencia	Competidor
Dirección / secretaría / presidencia	Director / secretario / presidente
Accionariado	Accionista
Amistades	Amigos
Adolescencia / juventud	Los adolescentes / los jóvenes
Tutoría	Tutor
Redacción	Redactor
Notaría	Notario
Ministerio	Ministro

10.- UTILIZACIÓN DE LA IMAGEN

Pautas a seguir en la obtención de imágenes y su difusión en cualquier medio:

Las imágenes son fundamentales para mostrar a las personas con discapacidad como ciudadanos de pleno derecho subrayando su capacidad y trasladando así a la sociedad y a nuestros grupos de interés de forma general una visión normalizada.

Por ello se detallan unas pautas a seguir en la obtención de imágenes y su posterior difusión en cualquier medio así como en la elaboración de documentos e informaciones propias difundidas a través de memorias, dípticos, webs, redes sociales etc.

1. **Mostrar el lado positivo de la discapacidad:** centrar la atención en las capacidades en lugar de hacerlo en las limitaciones. Evitar enfoques innecesarios o prolongados sobre productos de apoyo tales como muletas, bastones, sillas de ruedas, etc.
2. **Evitar presentar a las personas con discapacidad en situaciones que no sean éticamente correctas:** en mal estado, desaseadas, despeinadas, con imagen de desatención, descuido, y/o abandono o en situaciones no correctas, por ejemplo, no hacer grabación de imágenes con baberos, comiendo, etc. La dignidad de la persona está por encima de cualquier otro valor comunicativo. (Se exceptuarían en todo caso las imágenes de denuncia social en personas con discapacidad en las que exista una violación de sus derechos fundamentales).

3. **Evitar el uso de la imagen de la discapacidad como grupo social excluido:** presentar a las personas con discapacidad como parte del resto de población no excluida del resto del grupo.
4. **Procurar, siempre que sea posible, representar a las personas con discapacidad en un entorno normalizado:** en el hogar, el trabajo, la escuela, los ratos de ocio y en situaciones sociales y físicas ordinarias.
5. **Evitar dar una imagen victimista de las personas con discapacidad.**
6. **Tratar con especial cuidado y rigor todas aquellas imágenes directamente dirigidas o relacionadas con menores.**
7. **Evitar imágenes que reproduzcan patrones sexistas en mujeres y hombres con discapacidad.**
8. Cuando se envíe una nota de prensa a los medios de comunicación es recomendable adjuntar una foto para su publicación en medios escritos y digitales para controlar la utilización de fotos que puedan tener de archivo y que generen conflictos indeseados (fotos de gente que haya fallecido, que haya cambiado de cargo, que ya no figure en la plantilla de la entidad, etc).
9. Cuando se gestione la realización de una entrevista procurar y propiciar que el entrevistado y el entrevistador se sitúen a la misma altura física. Por ejemplo, sentados, si es que el interlocutor está en silla de ruedas.

11.- GLOSARIO DE TÉRMINOS

Persona con discapacidad

Según la Organización Mundial de la Salud, “discapacidad” es un término genérico que abarca las limitaciones en las funciones y estructuras corporales y en la capacidad de llevar a cabo actividades, así como las restricciones en la participación social.

Persona con discapacidad física

Persona con limitaciones en las funciones neuromusculares esqueléticas y/o estructuras del sistema nervioso relacionadas con el movimiento, que limitan a la persona principalmente en la ejecución y participación en actividades de movilidad.

Persona con discapacidad auditiva o persona sorda

(Persona con limitaciones en las funciones sensoriales auditivas y/o estructuras del oído o del sistema nervioso, que limitan a la persona principalmente en la ejecución y participación en actividades de comunicación).

Persona con discapacidad visual o persona ciega

Persona con limitaciones en las funciones sensoriales visuales y/o estructuras del ojo o del sistema nervioso, que limitan al individuo principalmente en la ejecución y participación en actividades que impliquen el uso de la visión.

Persona con discapacidad intelectual

Persona con un funcionamiento intelectual por debajo de la media, presente antes de los 18 años, en dos o más áreas de la vida (trabajo, educación, vida diaria, etc.).

Persona con enfermedad mental

Persona con alteraciones de tipo emocional, cognitivo y/o del comportamiento, en que quedan afectados procesos psicológicos básicos como son la emoción, la motivación, la cognición, la conciencia, la conducta, la percepción, la sensación, el aprendizaje, el lenguaje, etc., lo que dificulta a la persona su adaptación al entorno cultural y social en que vive y crea alguna forma de malestar subjetivo.