

Guía Rápida de Lenguaje Inclusivo sobre Discapacidad



El respeto comienza con nuestras palabras, por eso es muy importante usar un lenguaje inclusivo.

La regla de oro es **hablar de la persona primero y después de su condición**, y **no usar la discapacidad como sustantivo**.

A continuación, conocerás algunos ejemplos del lenguaje común y el lenguaje inclusivo, en español e inglés..

Lenguaje común	Lenguaje inclusivo	Lenguaje común	Lenguaje inclusivo
-Discapacitados -Personas minusválidas -Personas con capacidades diferentes	Persona o personas con discapacidad	-Handicapped -Person with special needs	-Person with disability -People with disabilities
-Persona que sufre o padece un problema de discapacidad	-Persona que presenta o vive con una discapacidad	-Person victim of -Person who suffers from	-Person with disability
-Baño de minusválidos -Baño para discapacitados	-Baño accesible	-Handicapped toilets, bathroom, or restrooms	-Accessible toilet, bathroom, or restrooms
-Paralítico -Lisiado	-Persona con discapacidad motriz	-Cripple	-Person with a mobility disability
-Cojito -Polio	-Persona con movilidad reducida o limitada	-Lame	-Person with reduced mobility
-Mutilado -Amputado	-Persona con amputación -Persona sin alguna extremidad		-Person with amputation
-Brazo o pierna mutilada	-Brazo o pierna amputada -Extremidad residual	-Mutilated arm/leg	Arm/leg amputation
-Persona en silla de ruedas / postrada en silla ruedas	-Persona usuaria de silla de ruedas	-Wheelchair bound	-Person who uses a wheelchair
-Invidente -Cieguito	-Persona con discapacidad visual -Persona ciega	-The blind -The visually impaired	-Person with a visual disability -Person who is blind
-Semividente	-Persona con baja visión o visión baja		-Person with low vision
-Lenguaje de señas	-Lengua de señas		-Sign language
-Sordomudo -Sordo	-Persona con discapacidad auditiva -Persona sorda	-Hearing impaired -The deaf	-Person with a hearing disability -Person who is deaf

-Hipoacúsico	-Persona con hipoacusia o con baja audición -Persona con limitación auditiva		-Person with partial hearing loss -Person who is partially deaf
-Mongolito -Retardado mental -Niño Down	-Persona con discapacidad intelectual -Persona con síndrome de Down	-Retarded -Special person -Down	-Person with an intellectual disability -Person with Down syndrome
-Loco -Demente	-Persona con discapacidad psicosocial	-Crazy -Mad	-Person with a psychosocial disability
-Esquizofrénico -Bipolar	Persona con esquizofrenia -Persona con trastorno bipolar	-The psycho -The bipolar	-Person diagnosed with schizophrenia -Person with bipolar disorder
-Autista	-Persona con autismo	-The autistic	-Person with autism
-Enanito -Chaparrito	-Persona de talla baja	-Midget	-Person with short stature
-Perrito que le ayuda	-Perro de asistencia	-Pet	-Assistance dog
-Persona normal	-Persona sin discapacidad	-Normal persona	-Person without disabilities

¿Qué expresiones sobre discapacidad es mejor usar?

A veces hacemos comentarios con la mejor de las intenciones, pero que en realidad podrían ser resultado de nuestros sesgos inconscientes, y sin darnos cuenta, podrían incomodar u incluso ofender a algunas personas.

Las siguientes son algunas expresiones que es recomendable que no uses y qué puedes decir en su lugar.

- Cuando una persona te comente que tiene una discapacidad, no digas en forma de cortesía: "Te ves muy bien, ni se te nota", pues se puede entender como si tener una discapacidad fuera algo negativo que hace ver mal a una persona. En lugar de eso puedes decir: "Gracias por comentarme sobre tu discapacidad".
- Si una persona te parece admirable por tener una discapacidad y hacer actividades de la vida diaria, no digas "Te admiro, eres una inspiración", pues deshumaniza a la persona y fataliza su condición. En lugar de eso, puedes admirar y elogiar a una persona por sus habilidades o talentos sobresalientes, por ejemplo: "Me impresiona tu habilidad para correr maratones".
- Al preguntarle a una persona si desea ayuda, no digas "¿Te llevo?" ó "¿Te traigo?" pues es tratar a la persona como si fuera una cosa. En lugar de eso puedes preguntar "¿Deseas que te ayude a ir a algún lugar?"
- Para referirte a los elementos de apoyo de una persona, no uses diminutivos como "Tu bastoncito", "Tu sillita" o "Tu perrito", pues se puede considerar como si estuvieras restando valor a algo tan importante. En lugar de eso di: "Tu bastón", "Tu silla de ruedas" o "Tu perro de asistencia".

¿Quieres conocer más? Haz click [en este enlace](#).