



Tema 2b. Relación con personas ciegas y/o con deficiencia visual grave.





Tema 2b. Contenido.

Relación con personas ciegas y con deficiencia visual.

- Interacción con personas con deficiencia visual.
- Creencias erróneas y estereotipos sobre la ceguera y la deficiencia visual.
- Pautas de comportamiento a seguir con personas con ceguera y deficiencia visual.
- Técnicas para ayudar a las personas ciegas en sus desplazamientos.
- Recomendaciones para presentar textos impresos accesibles a personas con deficiencia visual.



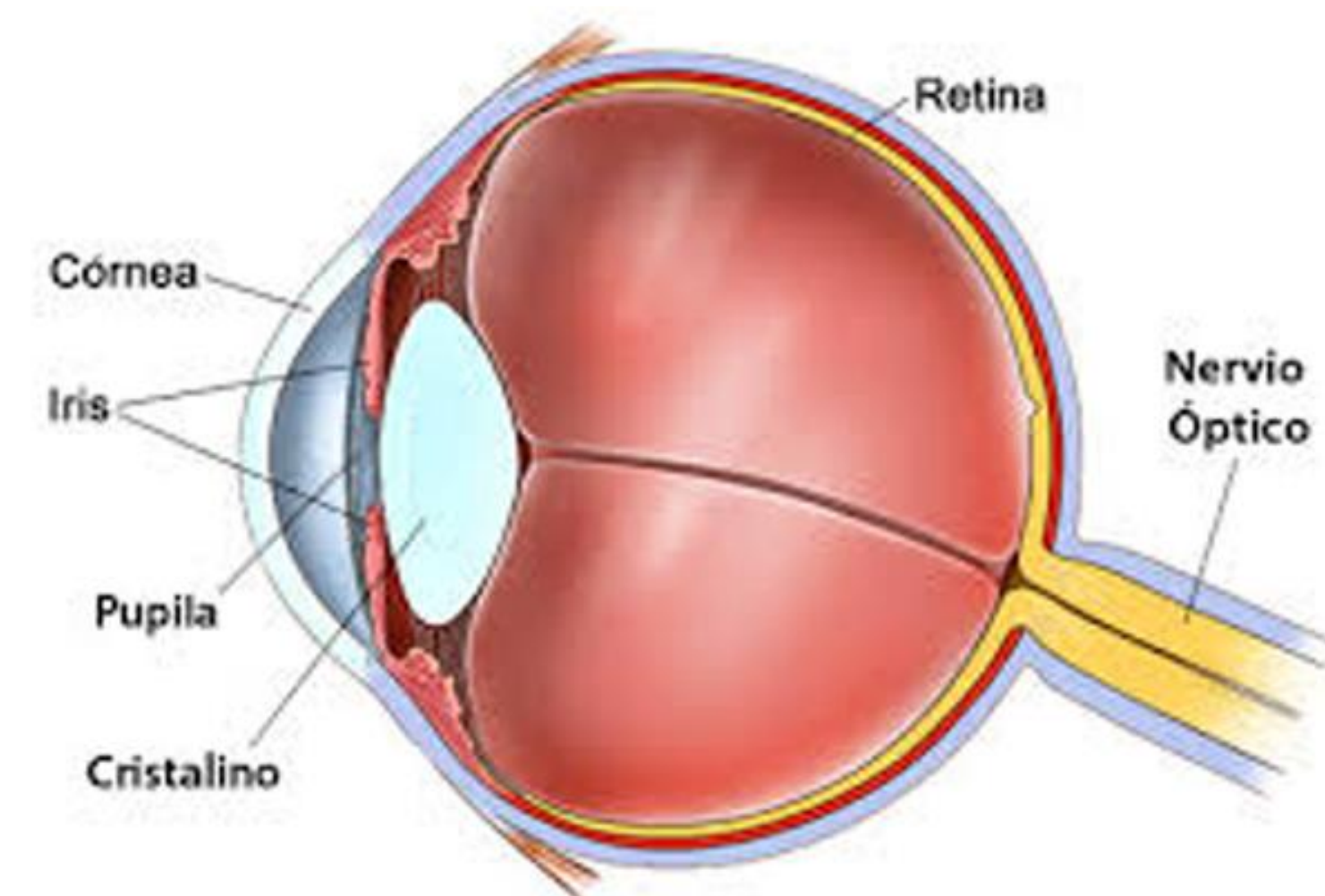
Interacción con personas con deficiencia visual.

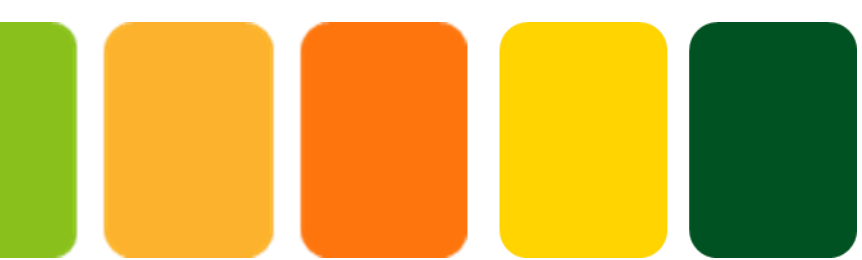
La visión y sus alteraciones funcionales.

La visión es, de todos los sentidos, el que más información nos proporciona. La utilizamos prácticamente en todas las situaciones y seguimos viendo incluso cuando "no hacemos nada".

La patología ocular es muy amplia y puede producirse en cualquiera de las partes del ojo. Algunas veces tiene una repercusión mínima en la visión, otras, sin embargo, reduce en diferentes grados la agudeza visual, produce deficiencias en el campo visual o altera otras facultades como la visión del color, la adaptación a la luz y a la oscuridad.

Pero no siempre los problemas visuales se deben a las enfermedades del globo ocular. Otras problemáticas como traumatismos, hemorragias o tumores, pueden provocar una deficiencia visual a pesar de que los ojos estén sanos. Aunque la imagen se enfoca perfectamente en la retina, el cerebro es incapaz de interpretarlo.

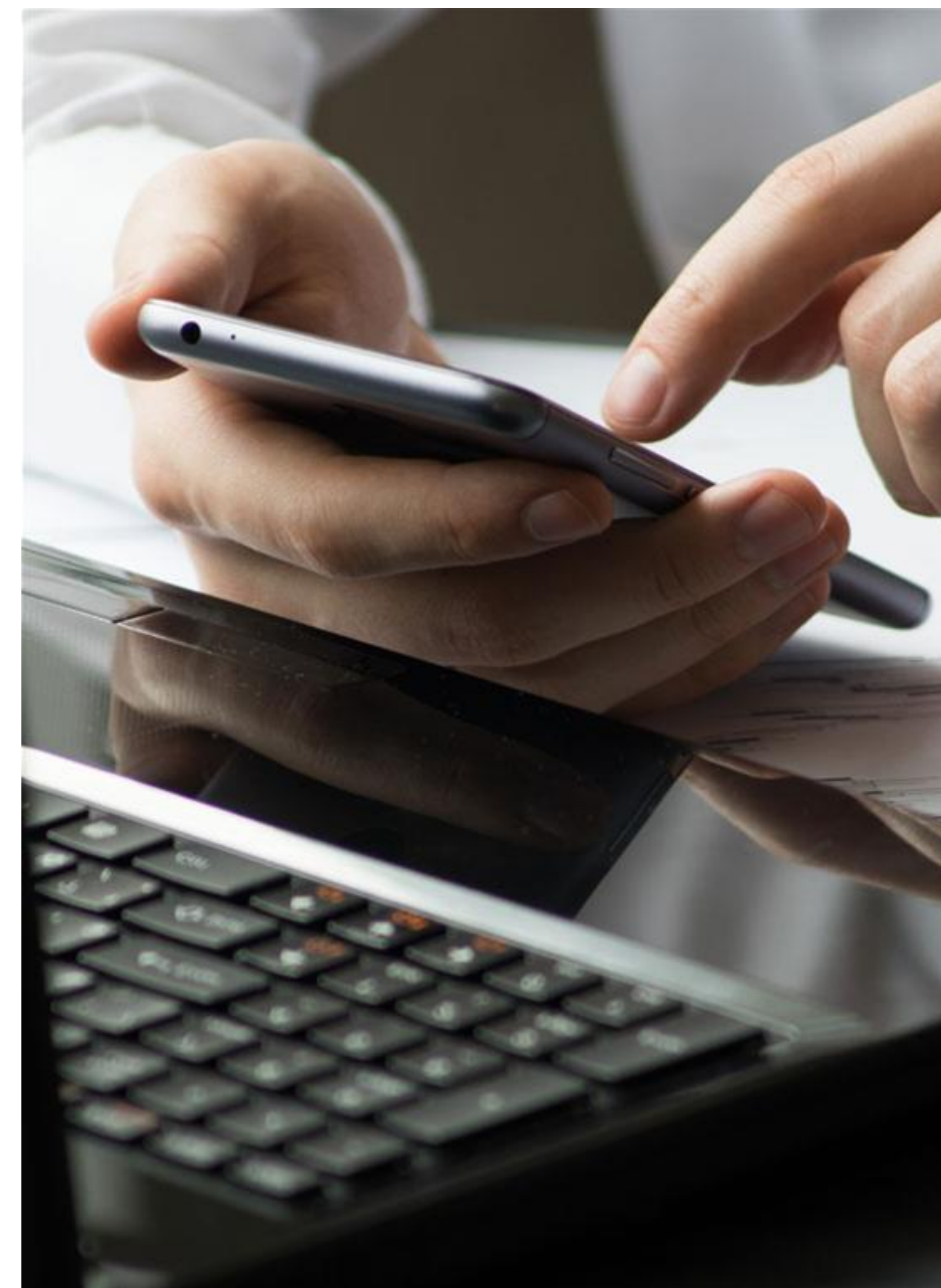




Interacción con personas con deficiencia visual.

Teniendo en cuenta las alteraciones que la persona presenta en agudeza y campo visual, podemos establecer tres grupos, claramente diferenciados, en base a las dificultades que presentan para:

- El acceso a la información.
- La Orientación y Movilidad.
- La realización de las actividades de la vida diaria.



Interacción con personas con deficiencia visual.

Personas con visión central.

Algunas patologías van dañando progresivamente la periferia de la retina, conservándose sin embargo la visión central en mayor o menor grado. Pueden leer, ver detalles, reconocer caras y sin embargo suelen tener problemas en sus desplazamientos e incluso dar una impresión distinta a diferentes horas del día.



Interacción con personas con deficiencia visual.

Personas con visión periférica.

Estas personas mantienen la visión periférica y tienen dañada la visión central. Su comportamiento es pues el contrario. Pueden no tener problemas en sus desplazamientos y sin embargo no reconocernos, ser incapaces de leer, etc.





Interacción con personas con deficiencia visual.

Personas con visión borrosa.

Son personas que ven todo borroso, como a través de un cristal muy sucio. Pueden presentar problemas tanto en sus desplazamientos como para ver los detalles.

Además algunas patologías presentan junto a una mala agudeza visual una reducción de campo, lo que va a hacer que tengan problemas tanto en sus desplazamientos como en la obtención de información o discriminación de objetos.



Interacción con personas con deficiencia visual.

La importancia de entrenar el uso del oído y el tacto para complementar la información visual percibida en el caso de personas con deficiencia visual o suplir su ausencia en el caso de personas con ceguera:

El oído es, en el caso de las personas con deficiencia visual, uno de los canales principales para obtener información. Por medio del oído pueden:

- Percibir la distancia y la profundidad en el entorno.
- Detectar claves y señales que le orienten.
- Detectar obstáculos.
- Reconocer objetos.





Interacción con personas con deficiencia visual.

El tacto, asociado al sentido cinestésico, es quizás el sentido con mayor importancia en la vida de una persona con ceguera o deficiencia visual, ya que es un vehículo de adquisición de información. Por medio del tacto pueden:

Percibir la distancia y la profundidad en el entorno.

- Identificar y discriminar texturas.
- Reconocer las formas, tamaños, pesos.
- Establecer relaciones entre objetos: semejanzas, diferencias.
- Conocer la temperatura y sus cambios.
- Identificar objetos.



Creencias erróneas y estereotipos sobre la ceguera y la deficiencia visual.

Creencias erróneas y estereotipos sobre la ceguera y la deficiencia visual.

Nuestra manera de tratar a las personas con ceguera y deficiencia visual, dependerá en gran medida de nuestras propias ideas sobre lo que estas personas son o no son, pueden o no pueden hacer.

Es fácil concluir, por ejemplo, que las personas con problemas de visión necesitan ayuda para todo. En el cine, en la televisión y en los medios de comunicación se les suele presentar como si fueran incapaces para valerse por sí mismos. En el extremo opuesto, aquellos que destacan en alguna faceta pueden aparecer como personas dotadas de facultades casi sobrenaturales.

En ocasiones, estas falsas ideas nos llevan a pensar que todas estas personas con problemas visuales piensan, se comportan o son de la misma manera. Este tipo de opiniones equivocadas sobre determinados grupos de personas es lo que conocemos por estereotipos o creencias erróneas.



Creencias erróneas y estereotipos sobre la ceguera y la deficiencia visual.

Lógicamente, no todas las personas con problemas visuales viven condicionadas por estas creencias. Pero todos hemos experimentado el peso y la influencia de la opinión de los demás sobre nuestros sentimientos, comportamientos y rendimiento.

Por tal motivo, no es exagerado el que muchas personas con discapacidades manifiesten que les resulta, en ocasiones, más difícil superar estas actitudes y expectativas sociales que las propias limitaciones o dificultades en su vida diaria derivadas de su discapacidad.

Todas estas personas son completamente ciegas, no ven nada.



Creencias erróneas y estereotipos sobre la ceguera y la deficiencia visual.

Nada más alejado de la realidad. Ya hemos visto como entre las personas con problemas visuales existe una cierta diversidad en relación con lo que pueden ver:

- Algunas son totalmente ciegas.
- Otras tienen percepción de luz, es decir, son capaces de distinguir la luz de la oscuridad, pero no los contornos de los objetos o las personas.
- Y, otras, tienen un resto visual útil que les permite ver objetos, letras, reconocer caras, etc., aunque sirviéndose de técnicas y ayudas especializadas.
- Todas estas personas necesitan siempre un bastón o un perro-guía o alguien que les acompañe para desplazarse de forma autónoma.

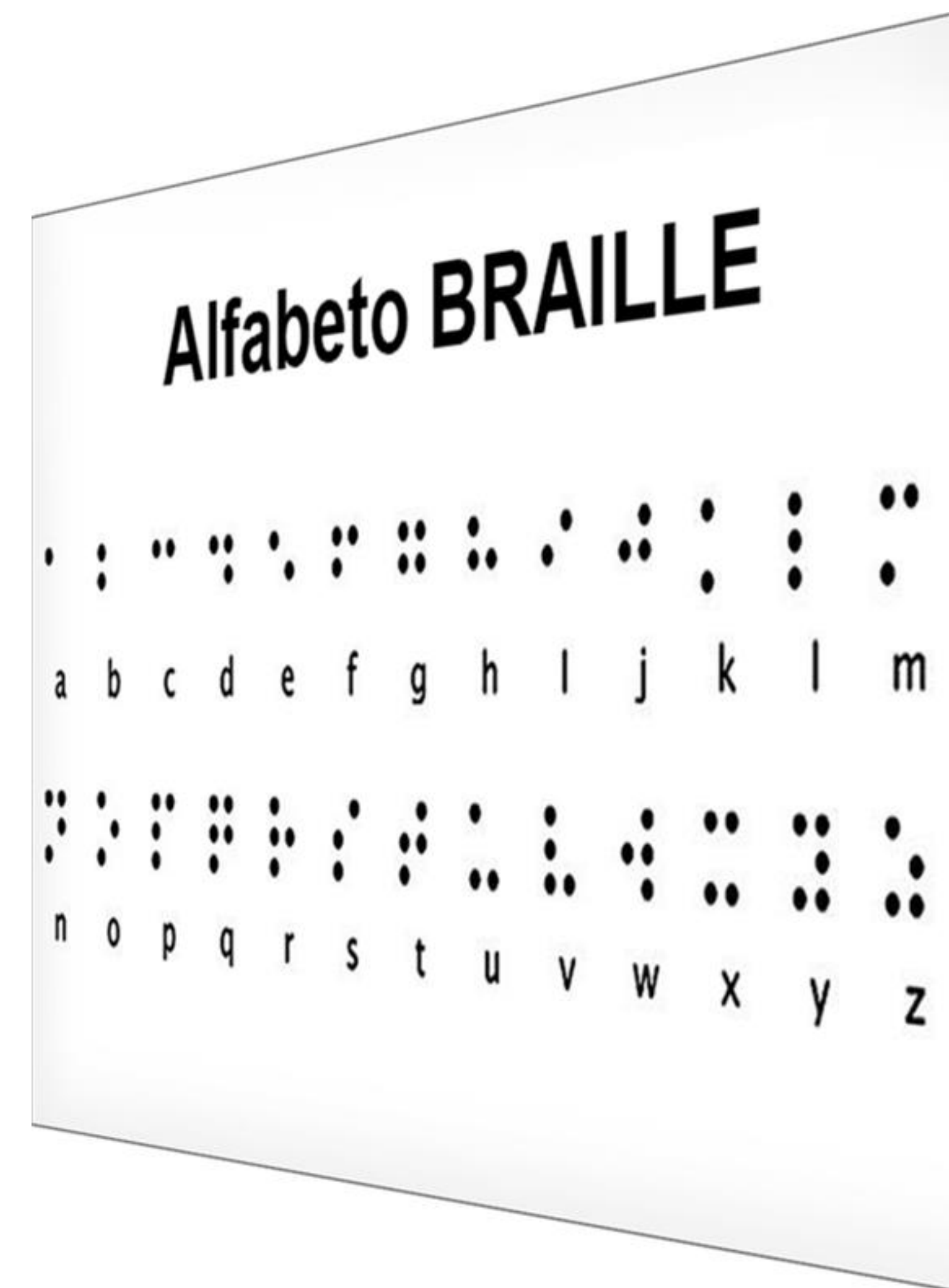


Creencias erróneas y estereotipos sobre la ceguera y la deficiencia visual.

El tipo de ayuda (bastón convencional, bastón blanco, perro guía, ayudas ópticas, dispositivos electrónicos, técnicas visuales, etc.) o la combinación de éstos que cada persona utilice para desplazarse estará en función de su condición visual y de otras circunstancias (estado de salud, otras discapacidades, entorno próximo, etc.).

Todas estas personas necesitan aprender **Braille** si quieren comunicarse y acceder a la información. El **Braille** es un sistema alternativo de lectura y escritura, basado en el tacto (a través de la yema de los dedos), orientado a las personas que no ven nada, o a aquellas que su resto visual no les permite la lectura en tinta. Muchas personas con resto visual funcional no necesitan el braille para leer y escribir pues pueden hacerlo en caracteres visuales impresos, utilizando las técnicas visuales y las ayudas ópticas y electrónicas adecuadas.

Tienen facultades especiales, tienen un sentido del tacto y del oído especial, tienen un sexto sentido, etc.



Creencias erróneas y estereotipos sobre la ceguera y la deficiencia visual.

Las **personas con ceguera y deficiencia visual** por el hecho de su problema visual no tienen facultades especiales, lo que hacen es entrenar y aprovechar mejor el uso de otros sentidos (tacto, oído, etc.), otras capacidades (por ejemplo, la memoria), para compensar.

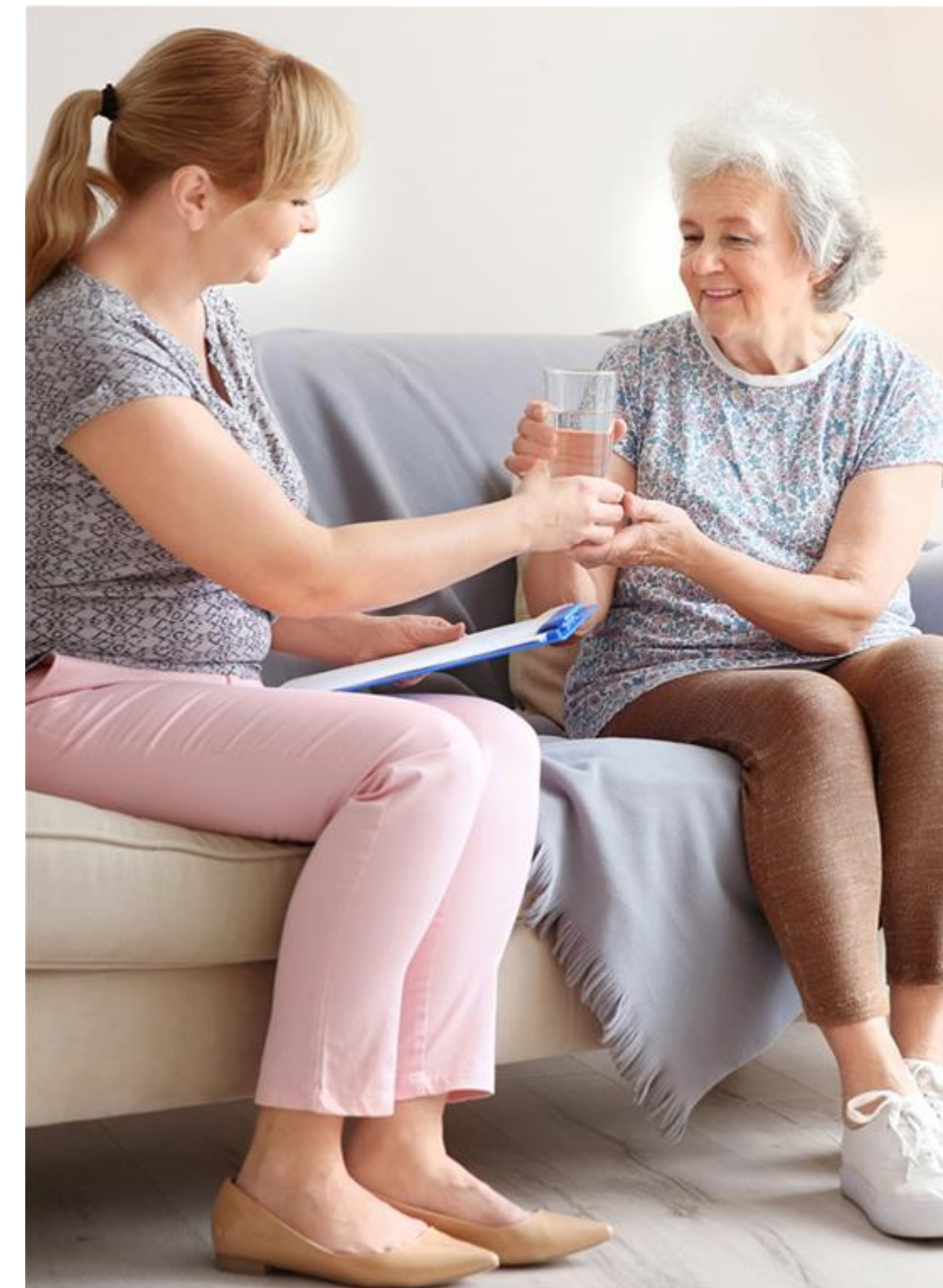
No pueden desempeñar la mayoría de los "trabajos normales".

No pueden realizar la mayoría de las actividades del hogar ni un desplazamiento autónomo por resultar demasiado peligrosas para ellos.

Con el oportuno entrenamiento y las ayudas adecuadas, la mayoría de las personas con ceguera y deficiencia visual pueden desplazarse y llevar a cabo las actividades cotidianas sin dificultad y de forma autónoma.

Aún reconociendo que bastantes de estas personas conservan algo de visión, es mejor educarlas o rehabilitarlas como personas totalmente ciegas porque:

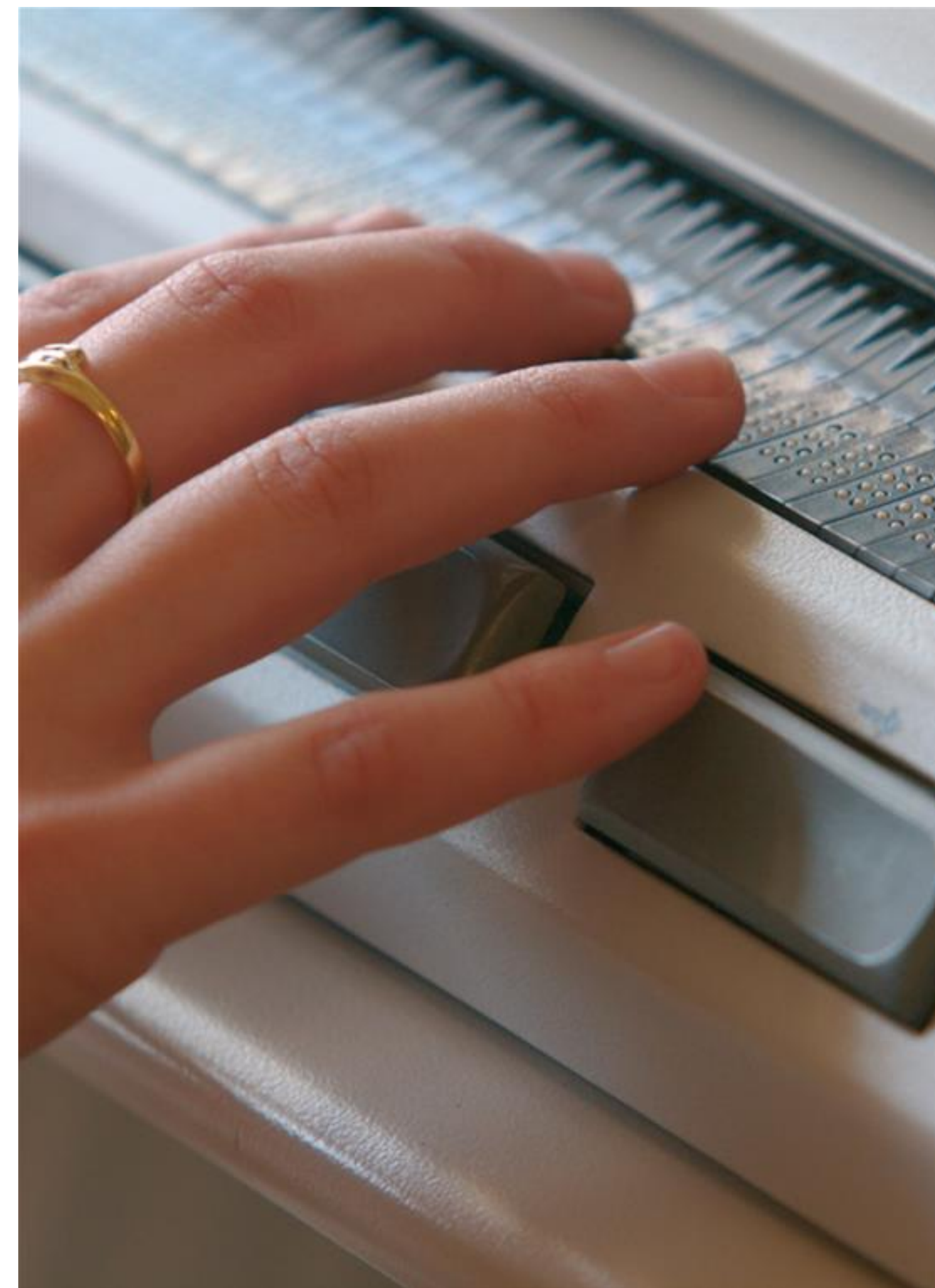
- Así podrán adaptarse y desenvolverse mejor cuando pierdan su resto de visión.
- La utilización de su resto visual provoca su deterioro y pérdida acelerada.



Creencias erróneas y estereotipos sobre la ceguera y la deficiencia visual.

Al contrario, la utilización del resto visual no provoca su deterioro y existen además técnicas y entrenamientos visuales con las que aprovecharlo más eficazmente, constituyendo un factor clave para su autonomía personal y calidad de vida. Las personas con resto visual únicamente son rehabilitadas como personas totalmente ciegas si su resto visual no les es útil para su vida diaria (desplazamiento, tareas domésticas, lectura y escritura, etc.).

Muchas de estas creencias y estereotipos se asientan en la concepción de las personas con ceguera y deficiencia visual como un grupo uniforme. Sin embargo, uno de sus principales rasgos sería el de la diversidad y heterogeneidad, como se muestra a continuación:



Creencias erróneas y estereotipos sobre la ceguera y la deficiencia visual.

- Algunas enfermedades visuales pueden ser tratadas tales como las cataratas, sin embargo, otras no, por ahora, tales como la degeneración macular.
- Algunos problemas visuales son bastante estables, mientras que otros tienen oscilaciones de un día a otro e incluso en el mismo día.
- Algunas personas, además de su problema visual, tienen otros problemas de salud (diabetes, artrosis, etc.) u otras deficiencias asociadas con mayor repercusión sobre su autonomía y bienestar que la propia ceguera o deficiencia visual.
- Las personas con ceguera y deficiencia visual provienen de entornos sociales, económicos y culturales diferentes.



Pautas de comportamiento a seguir con personas con ceguera y deficiencia visual.

Pautas de comportamiento a seguir con personas con ceguera y deficiencia visual.

En general, a gran parte de las personas, cuando tratan con una persona con deficiencia visual, les faltan recursos para relacionarse de una manera cómoda con ella. ¿Cómo nos dirigimos a ella? ¿Podemos preguntarle por la causa de su discapacidad? ¿Hay que evitar determinadas palabras para no ofenderla?...

Éstas y otras muchas preguntas surgen en la mente de la persona lo que hace que, junto a las actitudes y prejuicios que tenemos sobre la discapacidad visual, nos sintamos muchas veces incómodos si tenemos que relacionarnos con estas personas o, en ocasiones, evitemos interaccionar con ellas. Incluso si lo hacemos, en lugar de prestar ayuda, que suele ser nuestra pretensión, lo que conseguimos es incomodar y obstaculizar su desenvolvimiento normal, al desconocer cómo y de qué manera debemos dirigirnos a la persona con discapacidad visual.

Sin embargo, el trato con una persona con discapacidad visual no tiene por qué diferir del que tenemos con otra persona. Unas pequeñas recomendaciones, aplicables también a otras relaciones sociales, son suficientes para no meter la pata y sentirnos cómodos si nos relacionamos con personas con discapacidad visual.

Pautas de comportamiento a seguir con personas con ceguera y deficiencia visual.

Relación y comunicación.

- Actitud de respeto.
- Comunicación.



Pautas de comportamiento a seguir con personas con ceguera y deficiencia visual.

Actitud de respeto.

Cada individuo es único y la discapacidad visual debe ser considerada como una característica o condición más de esa persona. Además, las diferencias individuales en cuanto a grado de discapacidad visual, aptitudes personales, nivel de autonomía, etc., hacen que cada persona tenga niveles diferentes de funcionamiento. Por eso, el respeto a la persona con discapacidad visual se debe reflejar entre otras cosas en:

- Preguntar antes de ofrecer ayuda, el hecho de que una persona tenga una discapacidad visual no debe llevarnos a suponer que necesita de nuestra ayuda.
- Ayudar a una persona con ceguera o deficiencia visual no consiste en "agarrarla" sin más. Hay que preguntar si desea nuestra ayuda, así como evitar la sobreprotección.
- No forzar a recibir una ayuda no necesaria, en muchos casos cuando una persona solicita una ayuda puntual (cruzar una calle, el nº del autobús que se acerca, etc.) nos empeñamos en imponer nuestra ayuda más allá de lo que la persona necesita. La persona puede necesitar ayuda para realizar un cruce, pero no tiene porque "soportarnos" en todo su camino.



Pautas de comportamiento a seguir con personas con ceguera y deficiencia visual.

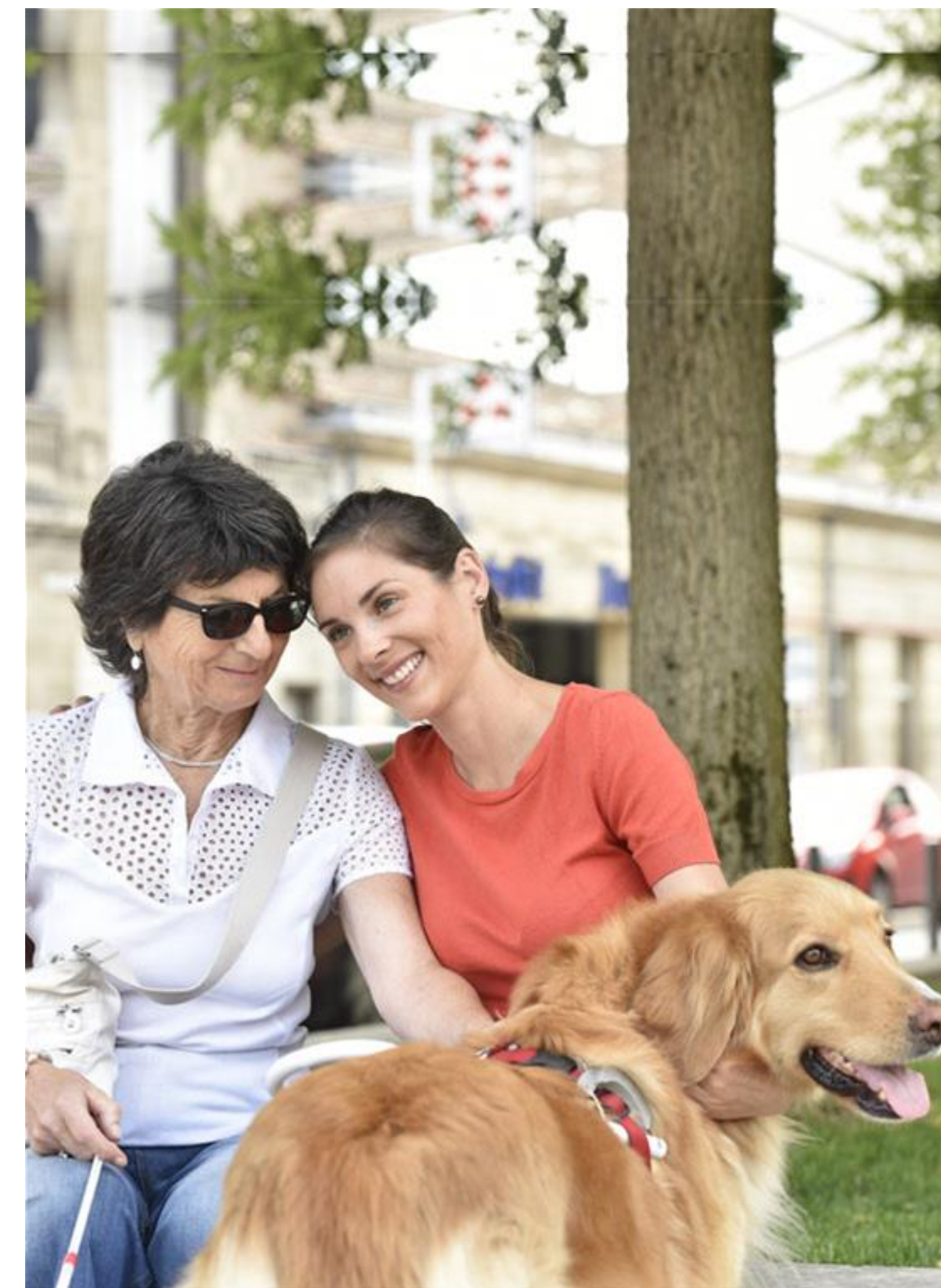
- Debemos permitir a las personas con discapacidad visual realizar las cosas por sí mismas.
- Evitar la sobreprotección. La sobreprotección viene mediatizada por la valoración que en el ámbito subjetivo hacemos del “sufrimiento” y “necesidades” de la persona con discapacidad visual. Debemos evitar hacer de “ángel de la guarda”, ir “limpiando la calle” por donde camina la persona o intentar en todo momento “adivinar” lo que necesita.
- No generalizar, el comportamiento de una persona con discapacidad visual no tiene por qué ser igual al de otra. Existen muchas diferencias tanto a nivel de funcionamiento autónomo, unos pueden no necesitar o necesitar mínimamente nuestra ayuda y otros por el contrario la necesitan en un mayor número de ocasiones, como de carácter ya que la discapacidad visual es sólo una característica y las personas con discapacidad visual, al igual que la población general, puede ser simpática, antipática, educada, divertida...
- Las personas con ceguera o deficiencia visual necesitan tocar o explorar más los objetos, y especialmente algo más de tiempo



Pautas de comportamiento a seguir con personas con ceguera y deficiencia visual.

Comunicación.

- Hablar en un tono normal, despacio y claro. No gritar o elevar la voz, las personas con discapacidad visual, en general, oyen perfectamente.
- Identificarse y no jugar a las adivinanzas.
- No sustituir el lenguaje verbal por gestos, pues estos, en muchos casos, no podrán ser percibidos por la otra persona.
- Tocarle (la mano o el hombro) para llamar su atención, si es necesario.
- Ser específico y precisos en el mensaje, a fin de no confundir o saturar a la persona.
- Dar explicaciones globales y no saturar con excesiva información sobre el ambiente, que puede confundir.



Pautas de comportamiento a seguir con personas con ceguera y deficiencia visual.

- No utilizar palabras como “aquí”, “allí”, “esto”, “aquello”... ya que van acompañadas con gestos que no pueden verse por la persona. En estas situaciones es preferible utilizar términos más orientativos como “a la izquierda de la mesa”, “a tu derecha”, “delante de la puerta”, “detrás de ti”. En ocasiones, puede ser también útil conducir la mano de la persona hacia el objeto e indicarle de lo que se trata.
- Utilizar normalmente las palabras “ver”, “mirar”, etc.; no considerarlas como términos tabú pues las propias personas con ceguera y deficiencia visual las utilizan normalmente en sus conversaciones.
- Evitar exclamaciones que pueden provocar ansiedad a la persona tales como “¡ay!”, “¡ay!”, “cuidado”, etc., cuando veamos un peligro para ella (una puerta abierta, un obstáculo en la acera, etc.). Es preferible emplear una exclamación más informativa, como “alto”, con el fin de evitar que siga avanzando y explicarle después, verbalmente, el peligro o ayudarle para que pueda evitarlo.



Pautas de comportamiento a seguir con personas con ceguera y deficiencia visual.

Interacción social.

- Hablar dirigiendo nuestra mirada a su cara.
- Dirigirse directamente a la persona con deficiencia visual para saber lo que quiere o desea y no al acompañante.
- Utilizar el nombre de la persona, si se conoce, para que tenga claro que nos dirigimos a él.
- Presentarse, identificarse con el fin de que la persona sepa con quién se encuentra, por lo que deberemos decirles nuestro nombre e indicarles, si procede, quiénes somos o lo que hacemos. Y por supuesto, en caso de conocer a la persona no jugar a las adivinanzas, ¿quién soy?.
- Para saludar, si la persona no extiende la mano, podemos coger la suya para hacerle saber que queremos saludarle.



Pautas de comportamiento a seguir con personas con ceguera y deficiencia visual.

- Avisar a la persona cuando nos vamos o abandonamos la habitación, de lo contrario puede dirigirse a nosotros pensando que aún permanecemos con ella. Igualmente, si regresamos es conveniente indicarle nuestra vuelta.
- Indicarle si hay otra u otras personas presentes.
- Comunicar, si es necesario, qué se está haciendo o se va a hacer. “Un momento, estoy llamando al encargado”... La vista es un sentido primordial para obtener información. Cuando entramos en un edificio, esperamos para obtener una información o un servicio, etc., no necesitamos en general una información verbal para saber si se nos atiende o se nos ha visto e incluso si hay alguien a quien dirigirnos.



Pautas de comportamiento a seguir con personas con ceguera y deficiencia visual.

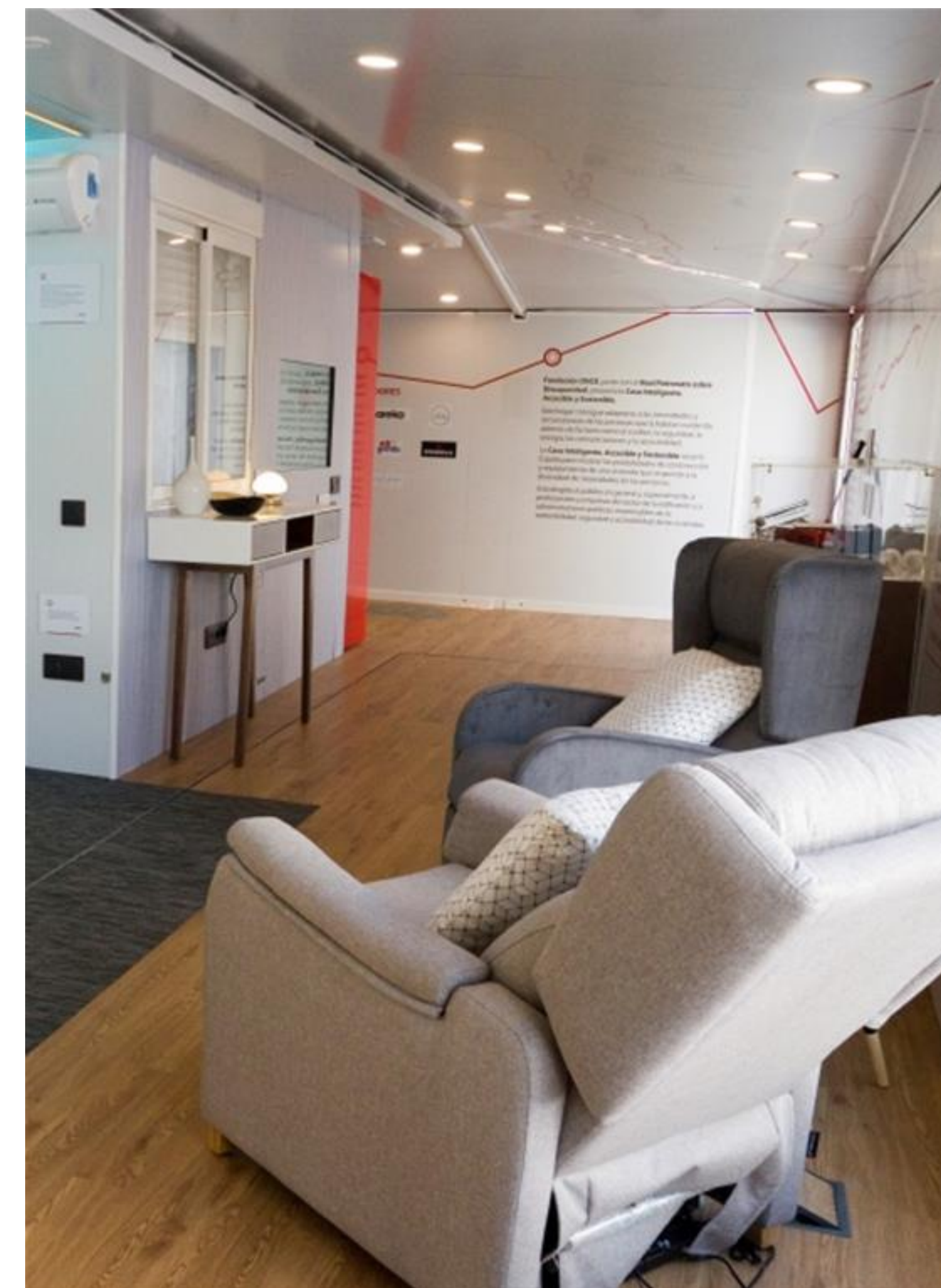
Seguridad y organización del entorno.

- Mantener un entorno ordenado. Cuando se conoce la ubicación de las cosas es más fácil encontrarlas y disminuye el riesgo de golpes o choques fortuitos con ellas, por lo tanto, es recomendable que todos los objetos se mantengan en el orden habitual, y, si se altera, informar de ello.
- Para prevenir, además, los golpes o accidentes con objetos que, por su localización o situación no habitual o por ser inesperados, se convierten en obstáculos peligrosos para la persona con ceguera o deficiencia visual, es aconsejable seguir las siguientes recomendaciones:
 - No cambiar la ubicación de las cosas y avisarle de cualquier variación.



Pautas de comportamiento a seguir con personas con ceguera y deficiencia visual.

- **Puertas y ventanas:** deberán estar totalmente abiertas o totalmente cerradas.
- **Sillas:** deberán estar colocadas debajo de las mesas o bien pegadas a la pared, nunca dispersas por la habitación.
- **Armarios o cajones:** las puertas de los armarios deberán igualmente estar cerradas, al igual que los cajones.
- **Contraste:** las personas con resto visual, se pueden beneficiar, además, si al ofrecerles las cosas o indicarles su situación, utilizamos fondos que presenten un gran contraste con ellos.





Técnicas de ayuda en desplazamientos.

Si Vd. es una persona que esporádica u ocasionalmente tiene contacto, generalmente en la calle, con personas ciegas que puedan necesitar su ayuda para cruzar, sortear un obstáculo, acceder a un edificio, a unas escaleras, etc., tres recomendaciones le resultarán suficientes para que esta ayuda sea eficaz y ambos se encuentren cómodos:

- Como señalamos anteriormente, debemos **preguntar siempre a la persona con discapacidad visual si necesita ayuda.**
- De igual forma, **no debemos forzar a la persona a recibir más ayuda de la que nos solicita.**
- Tal y como se expone en el siguiente apartado, **colocándonos delante de la persona ciega, hay que ofrecerle nuestro brazo para que se agarre a él. Nunca deberemos situarnos detrás de ella y agarrar su brazo, y menos aún su bastón, para empujarle hacia delante.**





Técnicas de ayuda en desplazamientos.

Si, por el contrario, es Vd. una persona que convive habitualmente, trabaja o tiene contacto frecuente con personas ciegas o simplemente quiere conocer una manera más completa de ayudar en el desplazamiento a estas personas, a continuación le describimos la denominada “Técnica de guía vidente”.

La técnica guía es un código de señales corporales, apoyado por indicaciones verbales, que permite a la persona con ceguera o deficiencia visual:

- Desplazarse con seguridad y eficacia con una persona vidente en distintos entornos y en diversas condiciones.
- Desempeñar un papel activo mientras se desplaza y comportarse con naturalidad en cualquier situación habitual mediante el empleo de indicadores no verbales.
- Desarrollar las destrezas y la preparación necesarias para desplazarse independientemente.

Esta técnica permite a su vez, al guía vidente, que en la mayoría de los casos es habitualmente algún miembro de la familia, llevar una postura relajada cuando se desplaza con la persona con discapacidad visual y le evita la ansiedad que normalmente se experimenta por la seguridad de la persona a la que guía.

Técnicas de ayuda en desplazamientos.

Posición del guía.

Situarse siempre delante de la persona con discapacidad visual (medio paso), para permitir que ésta se coja de nuestro brazo. La indicación para que la persona con discapacidad visual se sujete puede ser verbal o no verbal, simplemente tocando su brazo con el dorso de nuestra mano.

Algunas personas con discapacidad visual prefieren caminar sin cogerse al guía, en cualquier caso, debemos ir delante ya que nuestros movimientos le servirán de referencia de las características del terreno.

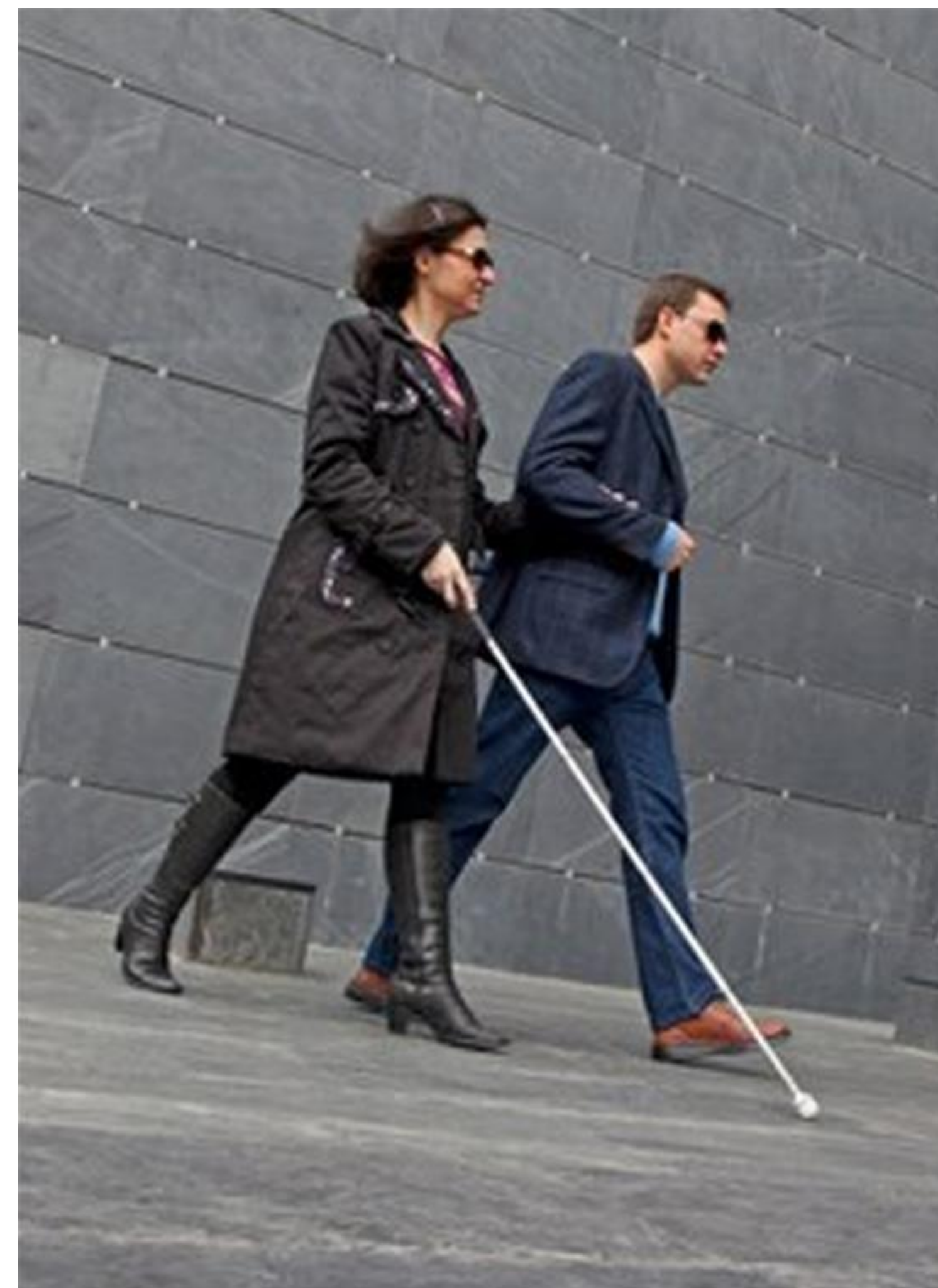


Técnicas de ayuda en desplazamientos.

Posición del brazo.

La persona vidente debe “ofrecer” el brazo, con el codo doblado, a la persona ciega; ésta “se coge” del brazo del guía vidente, a la altura del codo. El guía vidente va medio paso por delante de la persona ciega.

No existe una posición rígida, sin embargo tanto el guía como la persona con discapacidad visual deberán llevar el brazo próximo al cuerpo para transmitir y recibir la información adecuadamente. El guía deberá llevar el brazo lo más relajado posible y sólo en el caso de personas con problemas de equilibrio o muy mayores se debe mantener éste en una postura determinada.



Técnicas de ayuda en desplazamientos.

Agarrarse al guía.

La persona con discapacidad visual deberá coger el brazo del guía justo por encima del codo colocando el dedo pulgar en la parte lateral interna del brazo del guía mientras los otros cuatro dedos se cierran sobre la parte lateral externa. La sujeción debe ser lo suficientemente firme para mantener el contacto pero evitando que le resulte incómoda al guía.

Deben evitarse y corregirse si es necesario:

- La posición incorrecta de la mano. La muñeca de la persona con discapacidad visual no debe ir girada respecto al brazo.
- El estiramiento excesivo del brazo.
- El separar el brazo del cuerpo.



Técnicas de ayuda en desplazamientos.

Caminar en técnica guía.

- Cuando se camina en técnica guía la persona con discapacidad visual irá medio paso por detrás del guía para poder reaccionar adecuadamente a la información que le trasmite el guía.
- El guía deberá adaptar su paso a las características de la persona con discapacidad visual y del medio por el que se desplazan para que ésta camine cómodamente y con seguridad.
- Mientras caminan, el guía puede ir dando información sobre el ambiente o la ruta por la que se desplazan.
- El guía debe colocarse usualmente en el lado opuesto en el que la persona lleva el bastón.
- No se debe coger en ningún caso el bastón o la ropa para guiarlo ni empujarlo por detrás.



Técnicas de ayuda en desplazamientos.

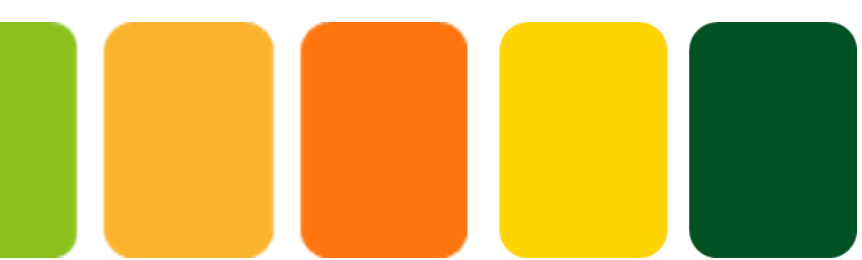
Subida y bajada de escaleras.

Se pretende con esta técnica que el guía y la persona con problemas visuales resuelvan la situación de subir o bajar una escalera de una forma segura.

Pasos a seguir:

- El guía deberá aproximarse siempre al borde de la escalera o escalones en perpendicular.
- El guía se detiene brevemente antes de iniciar la subida o bajada. Con esta acción, se avisa de la presencia de una escalera.
- Es conveniente, además, indicar de palabra que se ha llegado a la escalera y si es de subida o de bajada.





Técnicas de ayuda en desplazamientos.

- La persona ciega se sitúa al lado del guía colocándose en la posición correcta, de frente al escalón.
- El guía iniciará la subida o bajada e irá siempre un escalón por delante de la persona con discapacidad visual.
- Una vez finalizada la subida o bajada, el guía se detendrá brevemente antes de reanudar la marcha normal, para indicar que los escalones han finalizado. La pausa se realizará una vez que el guía se haya asegurado que la persona con discapacidad visual también ha finalizado la subida o bajada.



Técnicas de ayuda en desplazamientos.

Indicación de un asiento.

Con este procedimiento se pretende facilitar la tarea de mostrar a la persona ciega un asiento para que se siente en él.

Pasos a seguir:

- El guía sitúa a la persona ciega cerca del asiento.
- El guía coloca una mano del guiado en el respaldo. De esta forma, la persona ciega establece, por sí misma, la posición del asiento.
- Cuando nos acercamos de frente, hay que guiarlo 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 haya llegado a su asiento.



Técnicas de ayuda en desplazamientos.

- La persona ciega se suelta del guía, verifica con una mano que el asiento está libre y se sienta.
- Cuando una persona deficiente visual va a sentarse no la coja por los hombros o manos porque esto limita severamente sus movimientos y puede dificultarle para sentarse.
- Si el asiento tiene ruedas, avisarle o sujetar la silla hasta que se siente.





Técnicas de ayuda en desplazamientos.

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 cogerlo de la mano.
- Las personas con problemas de equilibrio o muy mayores irán más seguras si se apoyan en nuestro brazo, en este caso nuestro brazo deberá ir doblado en ángulo (aproximadamente de 90°) para permitirle un mayor agarre.
- A una persona que va con perro-guía hay que 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.





Recomendaciones para presentar textos impresos accesibles a personas con deficiencia visual.

Tipos de letra.

Se recomienda utilizar letras sencillas y sin adornos, tipo “Arial” o “Verdana”, aunque pueden utilizarse también aquellas que tienen terminaciones finales, como “Times New Roman”.

- **Recomendadas:**

- Arial: “Las palabras se las lleva el viento”.
- Verdana: “Pronto vendrá la primavera”.

- **No recomendadas:**

- Itálicas, oblicuas: “*Las palabras se las lleva el viento*”.
- Condensadas: “Las palabras se las lleva el viento”.



Recomendaciones para presentar textos impresos accesibles a personas con deficiencia visual.

Números.

Cuando se utilicen números, éstos se ajustarán a las mismas características que las letras.

“Las 10 palabras se las lleva el viento”.

“Las *10* palabras se las lleva el viento”.

“Las **10** palabras se las lleva el viento”.

Recomendaciones para presentar textos impresos accesibles a personas con deficiencia visual.

Tamaño de fuente.

Se utilizarán fuentes de 12 y 14 puntos.

“Las 10 palabras se las lleva el viento”.

“Las 10 palabras se las lleva el viento”.

“Las 10 palabras se las lleva el viento”.

“Las 10 palabras se las lleva el viento”.

“Las 10 palabras se las lleva el viento”.

“Las 10 palabras se las lleva el viento”.

“Las 10 palabras se las lleva el viento”.



Recomendaciones para presentar textos impresos accesibles a personas con deficiencia visual.

Grosor.

El tipo normal o seminegrita es más adecuado que la negrita.

“Las palabras se las lleva el viento”.

“**Las palabras se las lleva el viento**”.

Para resaltar algún punto de interés pueden intercalarse la negrita y la normal.

“Las **palabras** se las lleva el **viento**”.

Recomendaciones para presentar textos impresos accesibles a personas con deficiencia visual.

Estilo de escritura.

Sólo se utilizan las mayúsculas, en palabras cortas y preferiblemente para títulos, señales etc. El texto se lee con mayor facilidad cuando está escrito en tipo oración.

- **Se lee con más facilidad:**

“Las palabras se las lleva el viento”.

- **Resulta más difícil de leer:**

“LAS PALABRAS SE LAS LLEVA EL VIENTO”.

Recomendaciones para presentar textos impresos accesibles a personas con deficiencia visual.

Espacio entre letras.

Se recomienda que sea $\frac{1}{4}$ de la altura de la letra:

“ L a s p a l a b r a s s e l a s l l e v a e l v i e n t o ” .

“Las palabras se las lleva el viento”.

“Las palabras se las lleva el viento”.

“Las palabras se las lleva el viento”.

“Las palabras se las lleva el viento”.

Recomendaciones para presentar textos impresos accesibles a personas con deficiencia visual.

Espacio entre líneas.

La separación estará en relación con la fuente y tamaño utilizado. El espacio entre una línea y la siguiente será aproximadamente un 25-30% del tamaño del punto.

- Recomendado:**

“Las palabras se las lleva el viento y pronto saldrán a la luz todas aquellas vicisitudes que un día de hace ya tanto años, vivimos en aquella oscura y alejada mansión de los Alpes”.

- No recomendados:**

“Las palabras se las lleva el viento y pronto saldrán a la luz todas aquellas vicisitudes que un día de hace ya tanto años, vivimos en aquella oscura y alejada mansión de los Alpes”.



Recomendaciones para presentar textos impresos accesibles a personas con deficiencia visual.

Longitud de línea.

Entre 70–90 caracteres. Las líneas que son demasiado largas o demasiado cortas producen fatiga ocular; éstas se permiten al escribir en columnas.

Columnas.

La separación entre una y otra será clara y marcada, sin estar demasiado próximas ni separadas unas de otras. No se intercalarán imágenes entre ellas.

Párrafos.

Los párrafos serán cortos y con términos concisos, separados unos de otros con una línea.



Recomendaciones para presentar textos impresos accesibles a personas con deficiencia visual.

Contraste.

El color del papel y de la tinta ofrecerá el mejor contraste posible. Papel de color blanco o amarillo y tinta negra proporcionan el mejor contraste.

“Las palabras se las lleva el viento”.

“Las palabras se las lleva el viento”.

“Las palabras se las lleva el viento”.

“Las palabras se las lleva el viento”.

Recomendaciones para presentar textos impresos accesibles a personas con deficiencia visual.

Papel.

- El papel será mate.
- El grosor debe impedir que la impresión de una página interfiera en la lectura de las palabras escritas en la otra.
- Se evitará el uso de dibujos como fondo del texto.



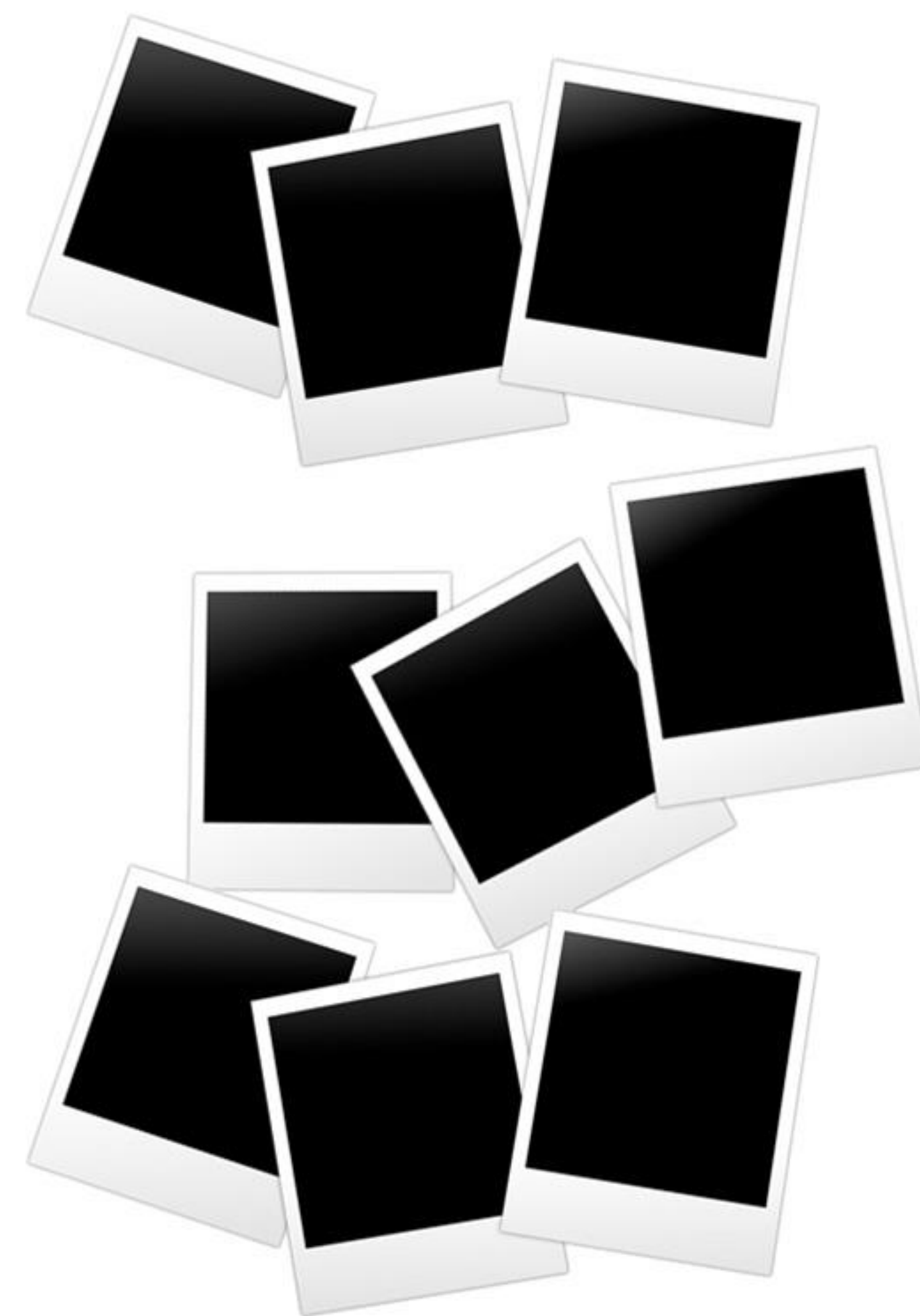
Recomendaciones para presentar textos impresos accesibles a personas con deficiencia visual.

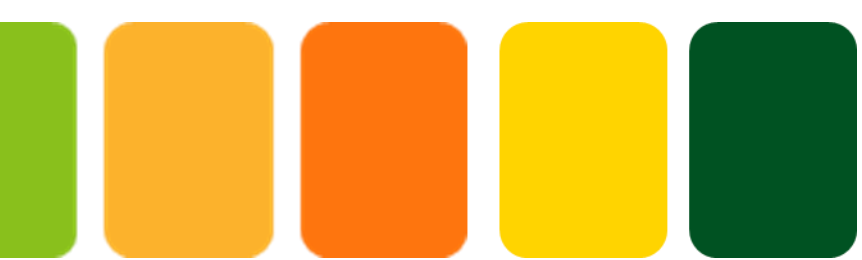
Distribución en la página.

- **Títulos:** La información se presentará con letra grande y clara. Si se trata de una publicación siempre se ubicará en la misma parte de la página. Se impresionará sobre un fondo blanco y con tinta oscura, negra, azul marino, o granate.
- **Fotografías:** Serán sencillas y sin muchos detalles. Se ven mejor aquellas que presentan un buen contraste entre el fondo y la imagen de las mismas.

No se utilizarán intercaladas entre el texto, siendo más recomendable que se sitúen a la derecha del mismo, si se colocan al lado izquierdo del texto éste se mantendrá justificado en su parte izquierda.

Si en lugar de fotos se utilizan dibujos, esquemas, etc., se procurará que éstos estén realizados en trazos sencillos y gruesos, con pocos detalles y sobre un fondo sin imágenes.





Recomendaciones para presentar textos impresos accesibles a personas con deficiencia visual.

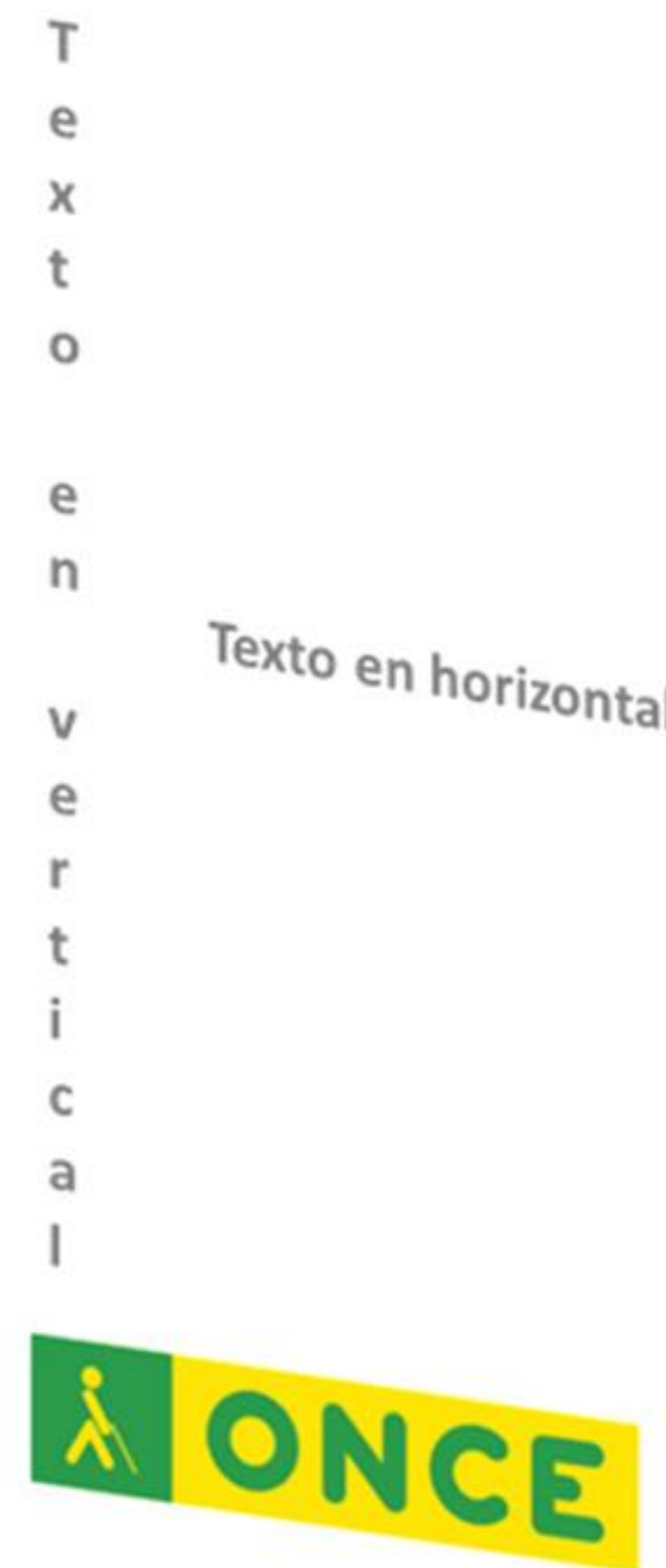
Textos.

No se recomiendan los textos que no estén escritos en horizontal.

Se tendrá en cuenta su justificación a la izquierda, pues esto ayuda a encontrar el principio del renglón. Si se justifica todo el texto se procurará que los espacios entre palabras sean regulares, pues de lo contrario es preferible no hacerlo.

No recomendado:

Si se trata de publicaciones voluminosas, se tendrá en cuenta que el margen central debe ser mayor que en una publicación estándar, pues la lectura con ayudas ópticas hace que las palabras que se encuentran en la parte interna, cerca de la encuadernación, pierdan su enfoque y nitidez si se encuentran muy cerca a la misma.



Recomendaciones para presentar textos impresos accesibles a personas con deficiencia visual.

Puntos a resaltar.

Se utilizarán señales, símbolos, distintivos con números, etc., para resaltar aquellos aspectos de interés o inicios de apartados.

- Las -palabras- se las lleva el viento.
- a) Las palabras se las lleva el viento.
 - Las palabras se las lleva el viento.
 - a. Las palabras se las lleva el viento.
 - ✓ Las palabras se las lleva el viento.
 - 1. Las palabras se las lleva el viento.
 - Las palabras(1) se las lleva el viento.



Relación con personas ciegas y/o con deficiencia visual grave.

Fin del Tema 2b.

