



coletivxs

Manual Anticapacitismo

Rompendo barreiras e promovendo
respeito à Pessoa com Deficiência



PESSOAS COM DEFICIÊNCIA NO BRASIL

A Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Lei nº 13.146/2015 - Estatuto da Pessoa com Deficiência) a define como “aquela que tem impedimento de longo prazo de natureza física, mental, intelectual ou sensorial, o qual, em interação com uma ou mais barreiras, pode obstruir sua participação plena e efetiva na sociedade em igualdade de condições com as demais pessoas”.

Dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), de 2022, apontam que o Brasil possui 18,6 milhões de pessoas com deficiência, o que representa 8,9% da população.

Apenas 26,6% das pessoas com deficiência acima de 14 anos se encontram em nível de ocupação, contra 60,7% das pessoas sem deficiência.

Alguma vez você já compartilhou espaços ou momentos com pessoas com deficiência? Faz parte do seu cotidiano no ambiente de trabalho, por exemplo, o convívio com essas pessoas?

Pensar em romper com o capacitismo é atuar enquanto sujeito no mundo para a eliminação de barreiras, promovendo a acessibilidade para todas as pessoas.

2





CAPACITISMO: ENTENDENDO E COMBATENDO PRECONCEITOS

O capacitismo é uma forma de preconceito que se manifesta em atitudes, comentários e, muitas vezes, barreiras estruturais, que limitam ou impedem a plena participação de pessoas com deficiência em diversos aspectos da vida cotidiana.

É a discriminação ou preconceito social contra pessoas com deficiência. O capacitismo ocorre quando se subestima, desconsidera ou marginaliza pessoas com base em suas características físicas, sensoriais, intelectuais ou psicológicas.

O capacitismo é estrutural e está associado ao chamado “modelo biomédico”, que era utilizado para definir a pessoa com deficiência. Esse modelo se pauta no código CID-10 (Classificação Internacional de Doenças) e na padronização dos corpos, sendo excluídos ou discriminados aqueles que não reproduzem os ideais de capacidade e aparência. Essa concepção tinha a deficiência como doença e, portanto, um pensamento que se pautava na cura, ou seja, que não considerava as diferenças no desenvolvimento das pessoas relacionadas à integralidade de suas condições físicas, intelectuais, mentais, sensoriais e sociais.

3



MODELO SOCIAL DA DEFICIÊNCIA

O “modelo biomédico”, portanto, capacitista, foi substituído pelo que chamamos de “modelo social da deficiência”, que passa a considerar a pessoa enquanto sujeito na sua diversidade.

Em 2006, a Assembleia Geral das Nações Unidas aprovou a Convenção Internacional sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência, fruto das grandes lutas dos movimentos sociais organizados por pessoas com deficiência, que estabeleceram, na época, o lema “Nada sobre nós sem nós”.

No Brasil, o Decreto nº 6.949/2009 ratifica a Convenção com força de emenda constitucional, impulsionando sua adoção pelas diversas políticas públicas direcionadas às pessoas com deficiência.

O “modelo social” nos mobiliza a não mais olhar para o impedimento da pessoa com deficiência, mas sim para as diferentes barreiras que permeiam a sociedade e impedem sua plena participação em condições igualitárias.



O QUE SÃO BARREIRAS?

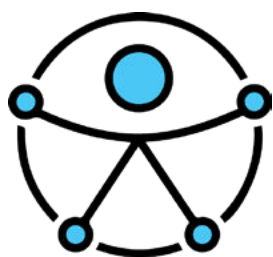
De acordo com o citado Estatuto da Pessoa com Deficiência, as barreiras são: “qualquer entrave, obstáculo, atitude ou comportamento que limite ou impeça a participação social da pessoa, bem como o gozo, a fruição e o exercício de seus direitos à acessibilidade, à liberdade de movimento e de expressão, à comunicação, ao acesso à informação, à compreensão, à circulação com segurança”.

Podem ser: urbanísticas, arquitetônicas, barreiras nos transportes, nas comunicações e na informação, atitudinais e tecnológicas.



O QUE É A ACESSIBILIDADE?

De maneira resumida, a acessibilidade pode ser compreendida como a ausência de barreiras.



Símbolo Universal
de Acessibilidade
da Organização das
Nações Unidas (ONU)

De forma mais ampla, uma “ideia-ação” **tem o potencial de assegurar a todas as pessoas, independentemente de suas características, oportunidades de acesso e participação cidadã, um direito humano voltado à promoção de autonomia para que nossas vivências aconteçam de forma plena.**

A acessibilidade está na participação equitativa e inclusiva da pessoa na vida em sociedade, nos mobilizando a perceber e eliminar as barreiras que se estabelecem entre cada cidadão e seu direito de estar junto, ser e participar.

QUE DIZ A LEGISLAÇÃO?

**Destaques da Lei Brasileira de Inclusão da
Pessoa com Deficiência:**

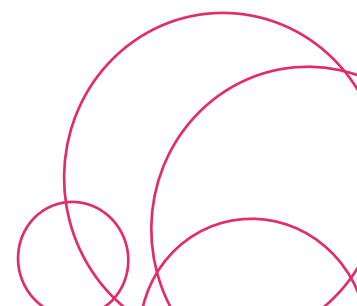
Art. 4º, § 1º. Considera-se discriminação em razão da deficiência toda forma de distinção, restrição ou exclusão, por ação ou omissão, que tenha o propósito ou o efeito de prejudicar, impedir ou anular o reconhecimento ou o exercício dos direitos e das liberdades fundamentais de pessoa com deficiência, incluindo a recusa de adaptações razoáveis e de fornecimento de tecnologias assistivas.

Art. 88. Praticar, induzir ou incitar discriminação de pessoa em razão de sua deficiência:

Pena - reclusão, de 1 (um) a 3 (três) anos, e multa.



6



O QUE É O ANTICAPACITISMO?

É a luta contra posturas preconceituosas que hierarquizam as pessoas de acordo com um padrão do desenvolvimento físico, intelectual, mental, ou sensorial, pautadas nas crenças de que algumas pessoas são mais capazes do que outras para, por exemplo, trabalhar ou estudar.



MANIFESTAÇÕES COMUNS DO CAPACITISMO

- **Verbais:**

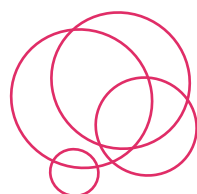
comentários e “piadas” depreciativas sobre deficiências.

- **Atitudinais:**

atitudes ou comportamentos que impeçam ou prejudiquem a participação social da pessoa com deficiência em igualdade de condições e oportunidades com as demais pessoas.

- **Estruturais:**

barreiras físicas ou de comunicação que impedem a inclusão plena de pessoas com deficiência



coletivxs



IMPACTOS DO CAPACITISMO

- **Pessoal:** afeta a autoestima, o bem-estar mental e físico das pessoas com deficiência.
- **Socioeconômico:** reduz as oportunidades para pessoas com deficiência, como emprego, educação e interação social, resultando em maior vulnerabilidade socioeconômica.

ATITUDES CAPACITISTAS QUE DEVEMOS EVITAR

- **Sentir pena:**

peças com deficiência buscam viver plenamente e nem todas desejam ser “curadas”. A deficiência não define sua felicidade.

- **Subestimar:**

é um erro imaginar que pessoas com deficiência são incapazes. Todos têm o direito de aprender e desenvolver talentos. Com recursos adequados, pessoas com deficiência podem alcançar autonomia.

- **Ficar chateado com a recusa de ajuda:**

se uma pessoa com deficiência recusa ajuda, respeite essa decisão.

- **Superproteger:**

estímule a autonomia e responsabilidade, permitindo a experimentação segura do mundo ao redor.

- **Tentar controlar:**

permita que pessoas com deficiência gerenciem seu tempo, dinheiro e atividades sem intervenção desnecessária.

- **Fazer suposições:**

não pressuponha que pessoas com deficiência não trabalham ou sempre necessitam de assistência.

- **Superestimar:**

valorize as conquistas sem atribuí-las unicamente à deficiência.

- **Ver somente a deficiência:**

enxergue além da deficiência, valorizando a individualidade de cada um.

- **Divinizar ou infantilizar:**

Pessoas com deficiência são seres humanos com emoções, desejos e necessidades, como qualquer pessoa. Não as veja como seres excepcionais e trate-as de acordo com sua idade e maturidade.

- **Discriminação:**

garanta a participação de pessoas com deficiência em atividades, evitando preconceitos sobre suas habilidades.

- **Adiamento de direitos:**

assegure igualdade, reconhecendo que acessibilidade e inclusão não são privilégios.

- **Tratamento desumano:**

essa é a pior expressão do capacitismo. Abuso e violência são inaceitáveis. Testemunhou? Denuncie.



PESSOA COM DEFICIÊNCIA: UM TERMO HUMANIZADOR

A LINGUAGEM É UMA FERRAMENTA PODEROSA QUE MOLDA PERCEPÇÕES, INFLUENCIA ATITUDES E REFLETE OS VALORES DA SOCIEDADE. USAR A DENOMINAÇÃO ADEQUADA É ESSENCIAL NA PROMOÇÃO DA INCLUSÃO E DO RESPEITO.

O TERMO “PESSOA COM DEFICIÊNCIA” É CONSIDERADO O MAIS APROPRIADO, POIS PRIORIZA A PESSOA ANTES DE SUA CONDIÇÃO OU CARACTERÍSTICA. ISSO REFORÇA QUE A DEFICIÊNCIA É APENAS UM ASPECTO DA INDIVIDUALIDADE DA PESSOA E NÃO A DEFINE COMO UM TODO.



TERMOS EQUIVOCADOS E POR QUE DEVEM SER EVITADOS

AO LONGO DOS ANOS, VÁRIAS EXPRESSÕES FORAM UTILIZADAS PARA SE REFERIR A PESSOAS COM DEFICIÊNCIA. ALGUNS DOS TERMOS QUE HOJE SÃO CONSIDERADOS INADEQUADOS INCLUEM:

INVÁLIDO: sugere que a pessoa é de alguma forma menos válida ou incapaz, o que é claramente inapropriado.

DEFICIENTE: usar essa palavra sozinha pode dar destaque excessivo à deficiência em detrimento da pessoa.

ALEIJADO: um termo obsoleto e com conotações negativas, indicando que a pessoa está danificada.

PESSOA PORTADORA DE DEFICIÊNCIA: embora tenha sido muito usado no passado, caiu em desuso porque a palavra “portadora” pode sugerir que a deficiência é algo que se carrega, como uma doença.

PESSOA COM NECESSIDADES ESPECIAIS: é um termo muito amplo e vago, que pode minimizar ou generalizar as experiências específicas das pessoas com deficiência.

AS PALAVRAS TÊM A CAPACIDADE DE INFLUENCIAR ATITUDES, MOLDAR CULTURAS E PROMOVER MUDANÇAS.

ANTI
CAPA
CITIS
MO

11

12



POR QUE É IMPORTANTE ABORDAR A DEFICIÊNCIA DE FORMA ADEQUADA?

- Reconhecimento e respeito: a terminologia correta prioriza a dignidade da pessoa.
- Precisão: fornece uma representação mais exata da experiência da pessoa.
- Promove inclusão: usar os termos corretos ajuda na conscientização e reduz estigmas.





GLOSSÁRIO

Adaptações razoáveis:

ajustes feitos para assegurar direitos iguais para pessoas com deficiência, sem causar ônus excessivo.

Acompanhante:

alguém que está junto da pessoa com deficiência, podendo auxiliá-la em atividades diárias.

Atendente pessoal:

indivíduo que ajuda uma pessoa com deficiência nas atividades do dia a dia, sem necessariamente ser um profissional licenciado.

Comunicação alternativa:

interação que inclui linguagens visuais, táteis, auditivas e tecnologias da informação.

Deficiências ocultas:

a Lei 14.624/23 institui o uso do cordão de fita com desenhos de girassóis para a identificação de pessoas com deficiências ocultas (veja ao lado). O cordão passa a ser um símbolo nacional de conscientização, apoio e visibilidade às pessoas com deficiências ocultas.

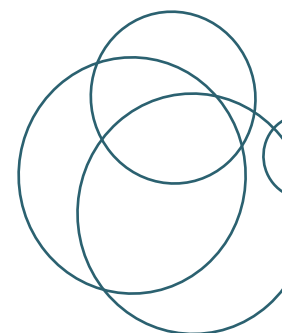


Desenho universal:

produtos, serviços e ambientes criados para serem usados por todas as pessoas, sem necessidade de adaptação específica.

Elemento de urbanização:

componentes de urbanização, como pavimentação, iluminação, saneamento etc.



Mobiliário urbano:

objetos nas vias públicas como semáforos, bancos, postes, entre outros.

Moradia para a vida independente:

moradia com estrutura para promover a autonomia de pessoas com deficiência.

14

Pessoa com mobilidade reduzida:

abrange pessoas com dificuldade de movimentação, temporária ou permanente.

Residências inclusivas:

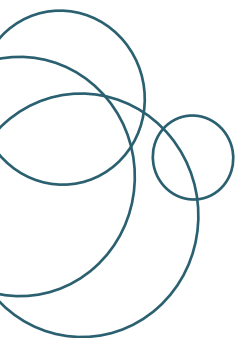
moradias para pessoas com deficiência que necessitam de assistência e não têm suporte familiar.

Tecnologia assistiva:

produtos e serviços que promovem funcionalidade e autonomia para pessoas com deficiência.



15

**“Para mim, todas as pessoas com deficiência são exemplos de superação.”**

Essa afirmação generaliza todas as pessoas com deficiência como tendo vivências e histórias idênticas de superação. Além disso, destaca a deficiência como um desafio a ser superado.

“Ele é deficiente.”

A frase reduz a pessoa inteira à sua deficiência, como se ela fosse definida unicamente por isso. A linguagem correta é centrada na pessoa, não na deficiência. Uma alternativa mais adequada seria “ele é uma pessoa com deficiência”.

“Está mal das pernas.”

Essa é uma expressão que minimiza e ridiculariza a experiência de alguém. Pode ser considerada ofensiva, pois relaciona a deficiência a algo que não vai bem.

“Nem parece que você é uma pessoa com deficiência!”

Isso sugere que há uma maneira específica de se “parecer” com uma pessoa com deficiência, perpetuando estereótipos. Evite insinuar que ter uma deficiência é algo a ser escondido.

“Se fosse comigo, nem sei o que faria.”

A declaração pode ser interpretada como uma maneira de dizer que a vida com deficiência é indesejável ou insuportável, o que é capacitista. Comparações, muitas vezes, são desnecessárias. Cada pessoa é única em suas experiências.

“Você conseguiu ser mãe mesmo com poliomielite?”

A pergunta sugere que ser mãe e ter poliomielite são mutuamente exclusivos, o que não é verdade. Além disso, pode ser insensível questionar a capacidade de alguém de ser mãe com base em uma condição de saúde.

“Será que seus filhos vão nascer normais?”

A frase é problemática em vários sentidos. Ela sugere que há algo “anormal” na pessoa com deficiência e que essa “anormalidade” é hereditária. Além disso, o termo “normal” é subjetivo e pode ser ofensivo.

“Apesar de ser uma pessoa com deficiência, você parece feliz.”

A deficiência não determina a felicidade. Ou seja, é uma frase infundada e generalista, denotando que pessoas com deficiência não podem ou não conseguem ser felizes.

16

“A gente só recebe o fardo que aguenta carregar.”

Sugerir que a deficiência é um “fardo” é reduutivo e negativo. Além disso, a frase pode ser interpretada como se a pessoa merecesse ou fosse destinada a ter uma deficiência.

“Coitadinha dessa pessoa, ela tem uma deficiência.”

Essa afirmação é condescendente e implica pena pela pessoa com deficiência. É capacitista, pois sugere que a vida da pessoa é digna de pena ou menos valiosa devido à sua deficiência.

“Se fez de surdo...”

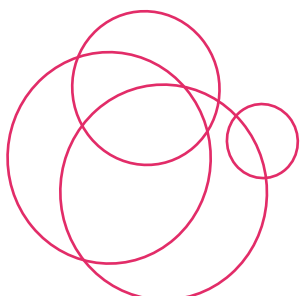
Substitua por: “parece que não ouviu, não entendeu”.

“Parece que é cego!”

Substitua por: “não entendeu, não percebeu algo”.

“Dar uma de João sem braço.”

Substitua por: “fugiu das obrigações”.



“Está muito autista.”

Substitua por: “está distraída, alheia”.

“Fingiu demência.”

Substitua por: “se fez de desentendido”.

“Sem pernas para isso.”

Substitua por: “sem condições de executar”.

“Igual a cego em tiroteio.”

Substitua por: “está perdido”.

“Retardado”

Substitua por: “imaturo, brincalhão, com dificuldades de aprendizado”.

“Eu não tenho braço para isso.”

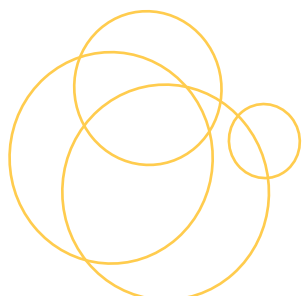
Substitua por: “eu preciso de ajuda para executar essa tarefa”.

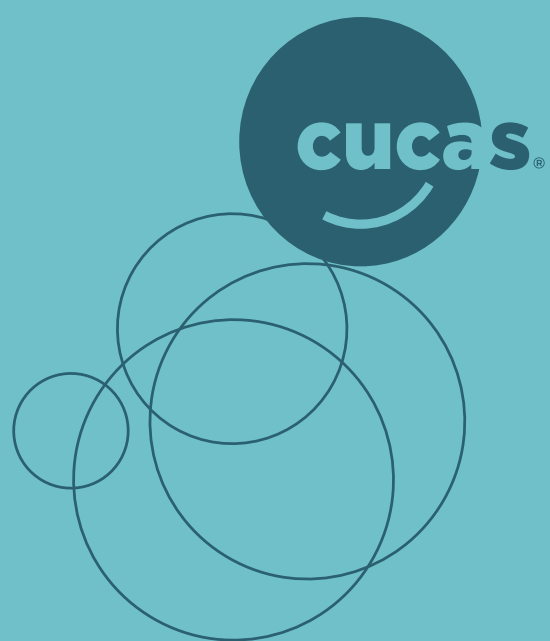
“Que mancada!”

Substitua por: “que equívoco!” ou “que engano!”.

17

LEMBRE-SE DE QUE AS PALAVRAS
TÊM PODER E O RESPEITO É
FUNDAMENTAL PARA CONSTRUIR
UMA SOCIEDADE INCLUSIVA.





coletivxs

