

# Actualización de la conciencia sobre la discapacidad



Más de uno de cada ocho estadounidenses vive con una grave discapacidad<sup>1</sup>. Esta puede incluir problemas de audición, visión, razonamiento, comprensión, andar, subir escaleras, cuidarse o vivir de forma independiente.

Algunas discapacidades son obvias, pero otras no lo son. Las discapacidades pueden incluir:

- Lesiones como un brazo o una pierna rota.
- Lesión cerebral traumática (TBI, por sus siglas en inglés).
- Problemas de aprendizaje como la dislexia, el procesamiento auditivo o visual.
- Pérdida de la visión o la audición.
- Enfermedades crónicas como diabetes, cardiopatía o asma.
- Enfermedades mentales como depresión o trastorno bipolar.

Trata a las personas con discapacidades como te gustaría que te trataran, con amabilidad, consideración y respeto.

<sup>1</sup>Mercado, Mia. Mercado, Mia. ¿Cuántos estadounidenses tienen una discapacidad? Una nueva encuesta indica que el número es más alto de lo que piensa. Bullicio. Acceso mayo 2019.

## **El EAP es administrado por Resources For Living, LLC.**

Todas las llamadas del EAP son confidenciales, a menos que la ley especifique lo contrario. Este material fue diseñado únicamente con fines informativos. Contiene solo una descripción parcial y general de los programas y servicios; no representa un contrato. La información no sustituye la atención médica profesional y no pretende reemplazar el consejo de los profesionales de la salud. Comuníquese con un profesional si tiene preguntas o inquietudes sobre necesidades específicas de atención médica. Se considera que la información es exacta a la fecha de producción; no obstante, está sujeta a modificaciones.

## **Maneras de ayudar**

Muchas personas desean ayudar a las personas con discapacidades, pero es posible que no sepan cómo ofrecer ayuda. Estas son algunas sugerencias:

- 1. Use palabras y frases apropiadas.** Recuerde que una persona tiene una discapacidad, no es discapacitada. Por ejemplo, debería decir "John tiene epilepsia" en lugar de "John es epiléptico".
- 2. Pregunte antes de ayudar.** Con frecuencia, las personas con discapacidades son bastante independientes. No dé por sentado que necesitan su ayuda. Nunca los sujete o los toque sin preguntar. Puede tomarlos con la guardia baja o hasta interponerse en su camino.
- 3. Muestre respeto.** Si alguien está en silla de ruedas o tiene un perro guía, respete sus límites. No acaricie al perro ni interfiera con el movimiento de la persona. Además, puede que tengan una persona que los asista. Si quiere preguntar o decir algo, recuerde dirigirse a la persona y no a quien la asiste.