



## ¿Cómo interactuar con una persona con ceguera o una discapacidad visual grave?

- ✘ **NO** se sienta incómodo. Soy una persona común y corriente con ceguera. No hace falta que utilice un término “políticamente correcto”, como “discapacitado visual”, ni que evite usar la palabra ciego. Sea sencillo y sincero. Hablaré de la ceguera con usted si tiene alguna pregunta, pero para mí es una vieja historia. Tengo muchos otros intereses de los que podríamos hablar, igual que usted.
- ✘ **NO** se compadezcan de mí ni hablen de las “maravillosas compensaciones” de la ceguera. Mis sentidos del olfato, el gusto, el tacto y la audición no mejoraron cuando perdí la vista. Puede que dependa más de ellos y, por lo tanto, puede que obtenga más información a través de estos sentidos que usted, eso es todo.
- ✘ **NO** se preocupe por utilizar un lenguaje como “ver”, “mirar”, etc. Yo utilizo esas palabras todo el tiempo. Siempre me alegro de ver a un amigo.
- ✘ **NO** levante la voz cuando me habla. A menos que le diga lo contrario, mi vista no ha afectado a mi capacidad para escuchar lo que dicen los demás.
- ✔ **SÍ**, dígame si acaba de acercarse o se aleja de mi presencia. Casi todas las personas ciegas han tenido la embarazosa experiencia de hablar con alguien que no contesta porque se ha alejado. Quiero saber quién está en la sala conmigo. Hable al entrar y anuncie su nombre: “Hola, soy Pam”. Presénteme a los demás. Incluya a los niños y dígame si hay algún animal presente.
- ✔ **SÍ**, use palabras específicas para comunicar direcciones. “Por ahí” no ayuda si no puedo ver la dirección que está señalando. Lo mejor es que utilice palabras como “el teléfono está a la derecha del escritorio” o “el restaurante está a unos 50 pies, a mano izquierda.”
- ✘ **NO** me tome del brazo si quiere ayudarme. Puedo utilizar un bastón blanco largo o un perro guía para caminar de forma independiente - o - puedo pedirle que me tome del brazo para que me ayude como navegante. Me tomaré de su brazo justo por encima del codo y me mantendré medio paso por detrás de usted para anticiparme a obstáculos y escalones. Esto se llama “guía vidente.”

- ✓ **SÍ**, sígame si vamos a subir o bajar un tramo de escaleras. Puede indicarme dónde está la baranda verbalmente o poniendo mi mano sobre ella. Cuando tenga que enseñarme una silla, ponga mi mano en el respaldo. A partir de ahí, yo me encargo.
- ✗ **NO** distraiga a mi perro guía mientras trabajamos juntos. Le agradecería que me preguntara si puede hablar o acariciar al perro mientras no está trabajando (no lleva el arnés).
- ✗ **NO** deje puertas de habitaciones y armarios abiertas ni obstáculos en los pasillos. Son un peligro para mí.
- ✓ **SÍ**, ofrézcase a leer el menú (con los precios, si procede) si no se dispone de un menú en Braille o con letra grande cuando estemos cenando juntos.
- ✗ **NO** responda a nuestro servidor si le preguntan lo que quiero - “¿Crema en el café? -- deje que me pregunten. No tendré problemas con las habilidades comunes en la mesa. Informarme de dónde están ubicados los objetos de la mesa e incluso la comida de mi plato podría ser útil. Imagine la esfera de un reloj: “Su arroz está a las 4:00, sus zanahorias a las 6:00...etc”.
- ✓ **SÍ**, pregúnteme si necesito ayuda: “¿En qué puedo ayudarle?”-- A veces puede que rechace su ayuda, pero no se ofenda. Sólo significa que en ese momento estoy manejando bien las cosas, pero seguramente apreciaría su ayuda en otro momento. Si soy su huésped, enséñeme todas las salidas, el cuarto de baño, el armario, la ventana... y también el interruptor de la luz. Me gusta saber si las luces están encendidas o apagadas.
- ✓ **SÍ**, póngase en contacto con la Comisión para la Ceguera y Discapacidad Visual de New Jersey si usted o alguien que conoce sufre de una discapacidad visual que afecte su capacidad para realizar las actividades de la vida cotidiana. Llame al número gratuito: **877-685-8878** o póngase en contacto con nosotros en: [AskCBVI@dhs.nj.gov](mailto:AskCBVI@dhs.nj.gov). Visítenos en: [www.cbvi.nj.gov](http://www.cbvi.nj.gov)



**LO MÁS IMPORTANTE DE TODO...Recuerde en todo momento** que la única diferencia entre usted y una persona con ceguera es que ésta no puede ver a través de sus ojos lo que usted ve a través de los suyos. Más allá de eso, están presentes todas las demás cualidades humanas (físicas, emocionales y mentales) que conforman a un individuo único.

