



## **Sinopsis. Un ritmo diferente.**

En este libro Bruno, un niño con síndrome de Down, explica cómo es su vida diaria, sus sentimientos, sus aspiraciones, y lo que él necesita para compartir su cotidianidad con la familia y los amigos. Con la historia de Bruno una persona con aptitud sobresaliente la autora promueve una actitud positiva con el fin de crear una mayor conciencia social respecto a las personas con síndrome de Down, a fin de romper las barreras e ideas preconcebidas hacia las personas con esta condición que puedan estar influyendo en la manera de relacionarse con ellos.

## **¿Sabes qué es el síndrome de Down?**

Hay algunas personas que son altas o bajas de estatura; unas son de piel morena, oscura o blanca. Nadie tiene el mismo cuerpo ni las huellas digitales y usan peinados diferentes o caminan distinto.

Dentro de esta gran diversidad, hay quienes tienen en sus células un cromosoma de más y esto los hace diferentes. Por lo regular, cada célula tiene 23 pares de cromosomas (que son estructuras compuestas de genes) que en total suman 46, pero hay quienes tienen 47 y poseen ciertas características físicas como un rostro más plano de lo habitual y los ojos rasgados.

Los niños con síndrome de Down aprenden a su ritmo y pueden llevar vidas útiles y provechosas para sí mismos y los demás.

Hay que tomar conciencia de lo importante que es incluirlos en tu grupo de amigos, elevar los niveles de solidaridad y apoyo mutuo, pues ellos tienen mucho que aportar a la sociedad. Si conoces a algún niño con síndrome de Down, puedes serle de gran ayuda ya que tú puedes hacer que el mundo cambie si te acercas a él viendo primero a la persona y después su condición.



- Llamaría siempre por su nombre porque, ante todo, es una persona y merece respeto.
- A veces hay que tenerle paciencia porque en algunas cosas es un poco lenta; recuerda que su ritmo es diferente.
- No la sobreprotejas (hacer las cosas por ella); mejor enséñale cómo hay que hacerlas. Ayudar es diferente a sobreproteger; ella debe tomar sus propias decisiones.
- Trátala de acuerdo con su edad.
- No la ignores, salúdala y cuando te despidas, hazlo normalmente, como lo harías con cualquier otra persona.
- Búscala y platica con ella; usa palabras amistosas y sé natural.
- Si no entiendes lo que dice, pídele que te lo repita o te muestre con algún gesto o dibujo lo que te quiere decir.
- Trátala como te gustaría que te trataran a ti.

¡Date la oportunidad de conocerla!



## ¿Sabes qué es la discapacidad visual?

Hay algunas personas que son altas o bajas de estatura; unas son de piel morena, oscura o blanca. Nadie tiene el mismo cuerpo ni las huellas digitales y usan peinados diferentes o caminan distinto.

Dentro de esta gran diversidad, algunas personas no pueden ver de la misma manera como lo haces tú. Hay diferentes grados de pérdida de visión, cuando todavía se puede ver un poco se llama **error de refracción**, y se mejora la vista con el uso de lentes. Sin embargo, cuando la pérdida de visión es total, se recurren a diversos métodos para poder mantener la comunicación abierta con las personas y no sólo eso, sino que puedan desarrollarse, aprender y crecer como todos los demás, de forma que no queden privadas de las experiencias comunes.

¿Imaginas alguna forma para poder describir un arcoíris a una persona que no ve? ¿Cómo harías para representar una hoja de una planta y que pueda "verla" en su imaginación?

Quienes presentan una discapacidad específica suelen tener otras habilidades que son dignas de admirar. Para entenderlos hay que conocerlos, ya que de ellos podemos recibir una gran enseñanza de vida, por lo que es importante que los incluyas en tu grupo de amigos.

Pero, lo más importante...



Las personas que sí vemos necesitamos CAMBIAR NUESTRA VISIÓN acerca de las personas con discapacidad visual, modificar nuestra actitud y ofrecerles los apoyos que necesitan para que sigan aprendiendo y participando en todas las cosas que quieran hacer.



## ¿Qué hago si estoy con un niño ciego?

- Si tienes la oportunidad de coincidir con un niño ciego, acércate a él con una actitud sincera, con respeto y sin temor.
- Para hablarle, procura hacerlo directamente hacia él, ya sea nombrándolo o tocándolo.
- Ante la necesidad de cruzar una calle, ofrécele tu brazo en lugar de tomarlo del bastón, de la ropa o empujarlo delante de ti, y avísale sobre los obstáculos que se presenten a su paso.
- Para subir a un transporte público, ubícalo frente a la puerta o en el pasamanos y déjalo subir solo.
- Ante escaleras eléctricas, indícale si éstas suben o bajan y hazle tocar el barandal. Déjalo solo y no lo sujetes ni le levantes el brazo.



## ¿Sabes qué es la discapacidad motriz?

Hay algunas personas que son altas o bajas de estatura; unas son de piel morena, oscura o blanca. Nadie tiene el mismo cuerpo ni las huellas digitales y usan peinados diferentes o caminan distinto.

Dentro de esta gran diversidad, hay quienes no pueden moverse igual que los demás. Cuando un niño tiene una lesión en su cerebro, éste no envía la información correcta a los músculos del cuerpo para que puedan moverse o para hablar como lo hacemos todos; lo hacen de manera lenta, brusca y entrecortada o se les dificulta agarrar cosas o mantenerse sentados derechos; otros más se mueven como si temblaran todo el tiempo y cuando quieren agarrar una cosa sacuden todo su cuerpo; algunos, incluso, necesitan una silla de ruedas.

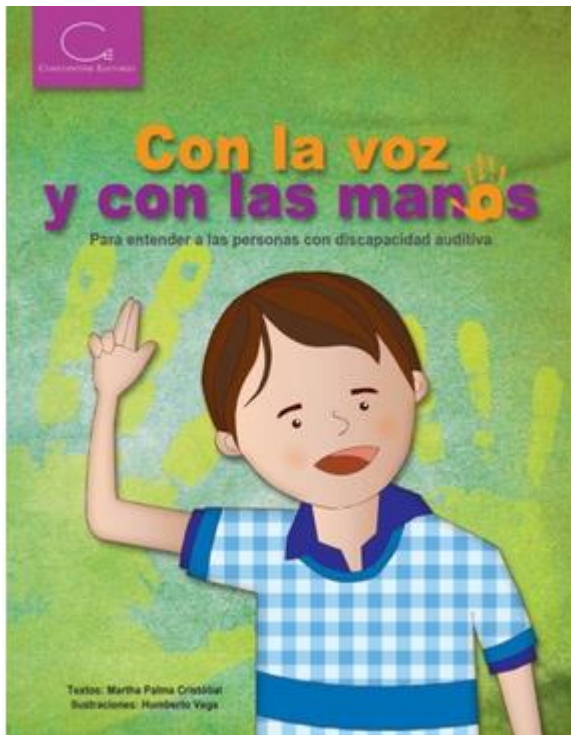
Las causas de su lesión cerebral pueden ser muchas: congénitas, enfermedades, situaciones vividas durante la infancia, así como falta de oxigenación al cerebro por haberse enredado el cordón umbilical.

Es importante aprender a respetar a las personas con discapacidad y tomar conciencia del valor que tiene incluirlos en tu grupo de amigos, porque sufren el rechazo incluso de su propia familia.

## Cuando conozcas a una persona con discapacidad motriz recuerda que...

- Puedes ofrecerle ayuda, pero no lo hagas en forma apresurada. Preguenta primero si lo desea y cómo puedes ayudarla.
- Una persona en silla de ruedas no necesariamente está enferma; quienes utilizan silla de ruedas pueden estar saludables y fuertes.
- Al conversar con una persona que usa silla de ruedas, recuerda sentarte para que tú y ella queden con los ojos al mismo nivel.
- Cuando no entiendas bien algo que ha dicho una persona con dificultades de lenguaje, puedes pedirle que te lo repita.
- Si notas que la persona con discapacidad se tarda en comprender instrucciones o en lograr hacer algo, espera que lo haga a su propio ritmo y a su propio paso.
- Cuando hables con una persona con discapacidad, háblale directamente a ella y no a quien la acompaña.
- Si acompañas a una persona con discapacidad que camina despacio, procura ir al ritmo de ella.
- Una persona con parálisis cerebral puede tener dificultades para caminar, puede hacer movimientos involuntarios con piernas y brazos y puede presentar expresiones específicas en el rostro. No te intimides con esto, actúa naturalmente.
- Las personas con parálisis cerebral son como los demás. La diferencia es que se enfrentan con desafíos que les dificultan las tareas de todos los días.
- Ser comprensivo es parte de ser un buen amigo, y una persona con parálisis cerebral sabrá apreciarlo verdaderamente.





## ¿Sabes que es la discapacidad auditiva?

Hay algunas personas que son altas o bajas de estatura; unas son de piel morena, oscura o blanca. Nadie tiene el mismo cuerpo ni las huellas digitales y usan pelnados diferentes o caminan distinto.

Dentro de esa diversidad, hay niños que no oyen bien, que suelen tener un audífono dentro de su oreja y utilizan el lenguaje de señas. La pérdida de audición se da por muchas causas, como una obstrucción en el conducto auditivo o daños en alguna de las estructuras que transmiten el sonido dentro del oído. Cuando la pérdida es severa en alguna persona, puede tener problemas con su adquisición de lenguaje y emitir sonidos muy fuertes, pero no lo hacen adrede, les cuesta modular su volumen.

Las dificultades auditivas en los niños no impiden la comunicación, pues el uso de la lengua de señas les permite el diálogo, ésta es una forma de intercambio de ideas tan valiosa como el español o cualquier otro idioma. Los niños que no oyen desarrollan habilidades comunicativas a través de diversas vías, además de las señas, de ahí la relevancia de que todos comprendamos lo importante de tratarlos adecuadamente, además de incluirlos en nuestro grupo de amigos.

## Recomendaciones para comunicarse con personas con discapacidad auditiva

- **Capta su atención al hablar.** Hacer contacto visual es una buena forma de hacerlo. Si es necesario, puedes usar un pequeño gesto o un ligero toque para llamar su atención.
- **Permanece en su campo de visión.** Trata de mantener tus ojos al mismo nivel que los suyos. Esto ayuda a que vea todos tus gestos.
- **Cuando lo saludes hazlo con voz normal.** Susurrar o gritar distorsiona el movimiento de tus labios, haciendo que sea más difícil para una persona sorda seguir tus palabras. Si no es capaz de leer labios, es posible que tengas que comunicarte con papel y lápiz.
- **Define el tema del que vas a hablar.** Una vez que la persona sorda sepa cuál es el tema, le será más fácil seguir tu conversación. No lo cambies repentinamente. Haz pausas a menudo y pregunta si te está entendiendo.
- **Establece contacto visual.** Probablemente no te das cuenta de cuánto comunicas a través de tus ojos y las expresiones de tu cara. Añade expresiones faciales para destacar un punto.
- **Usa gestos y señales visuales.** Señala o escoge el objeto del que estás hablando y espera hasta que te vean de nuevo antes de continuar con la conversación. También puedes utilizar expresiones mímicas, como beber, saltar o comer para ilustrar tus palabras. Usa tus dedos para indicar números, escribe en el aire para indicar que estás escribiendo una carta, etcétera.
- **Sé educado.** Si hay una interrupción de la cual la persona sorda no se haya dado cuenta, como el teléfono o alguien tocando la puerta, explícale con gestos por qué te ausentas del sitio.



# El silencio que habla

Para entender a las personas con autismo

Textos: Gina Constantine Largo  
Ilustraciones: Humberto Vega

