



COMUNICACIÓN ACCESIBLE.

Comunicación para todos:
Accesibilidad Cognitiva, Lectura Fácil
y Comunicación accesible.



Índice

- La accesibilidad universal..... página 3
- ¿Cuáles son los tipos de accesibilidad..... página 3
- ¿Quién se beneficia de la accesibilidad cognitiva y la lectura fácil?..... página 4
- ¿Por qué es importante la accesibilidad cognitiva?...página 4
- ¿Qué son las barreras cognitivas?..... página 5
- Las barreras cognitivas en la comunicación..... página 5
- La comunicación accesible..... página 6
- ¿Por qué es importante la comunicación accesible? página 6
- ¿Cómo afecta la comunicación accesible en las personas con discapacidad intelectual?..... página 8
- ¿Qué es el lenguaje claro, inclusivo y accesible?..... página 9
- Pautas para utilizar un lenguaje inclusivo y accesible..... página 10
- Herramientas para los profesionales..... página 13
- Glosario..... página 18

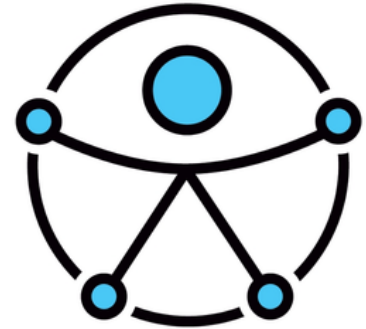
La Accesibilidad universal.

La Accesibilidad universal significa que:

- Los lugares,
- Los productos,
- Las páginas web,
- Y los servicios.

deben poder usarse por todas las personas.

Así, todas las personas tienen las mismas oportunidades de participar de forma independiente en la sociedad.



¿Cuáles son los tipos de accesibilidad?

Los tipos de accesibilidad son:

- Accesibilidad física.
- Accesibilidad sensorial.
- Accesibilidad cognitiva.

¿Quién se beneficia de la Accesibilidad cognitiva y lectura fácil?

La accesibilidad cognitiva y la lectura fácil ayudan a todas las personas.

Pero se beneficia más

personas que tienen dificultades para entender.

Por ejemplo:

- Personas con discapacidad intelectual y del desarrollo.
- Personas mayores.
- Deterioro cognitivo:
Son personas que tienen dificultades para aprender.
- Migrantes: Personas de otros países.
- Menores: personas con menos de 18 años.

¿Por qué es importante la accesibilidad cognitiva?

La accesibilidad cognitiva y la lectura fácil es importante porque tener y entender la información o lugares, es un derecho.

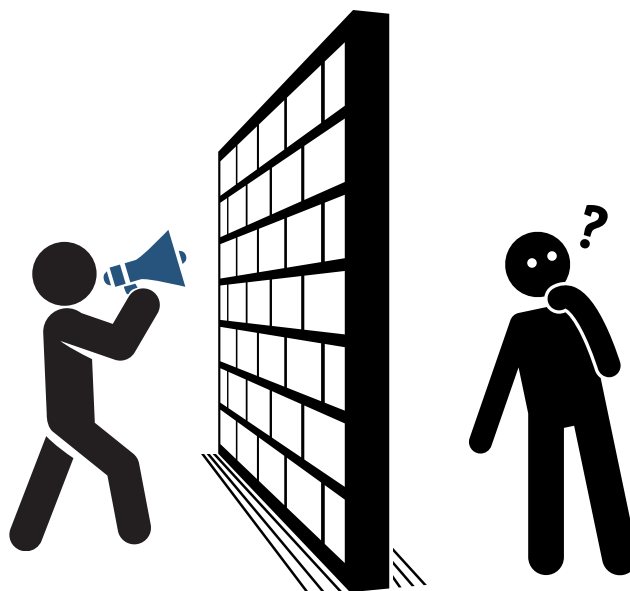
Además, porque hace que podamos vivir de forma independiente y participar en la sociedad.

¿Qué son las barreras cognitivas?

Las barreras cognitivas son dificultades que tienen las personas para entender algo.

Barreras cognitivas en la comunicación.

- Barreras en la comprensión de la información.
- Barreras para tomar decisiones.
- Barreras en el acceso a servicios o entornos.
- Barreras en la manera de actuar de la sociedad.
- Barreras en el aprendizaje y la memoria.
- Barreras en la comunicación.



La comunicación accesible

La comunicación accesible permite una comunicación más justa y fácil de entender.

Así, todas las personas estarán incluidas en la sociedad y podrán entender la comunicación.

¿Por qué es importante la comunicación accesible?

El lenguaje claro y accesible consigue que la información sea fácil de entender para la mayor cantidad de personas posibles. Así, se respeta las diferencias de las personas y la igualdad de oportunidades para todos.

Este tipo de lenguaje es muy importante para crear una comunicación adecuada. Este tipo de comunicación es importante en: centros educativos, profesionales, centros públicos entre otros.

Para las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo es muy importante la comunicación accesible porque:

Necesitan entender lo que le comunican.
Por eso es importante que los profesionales tengan los conocimientos para que puedan empatizar con nuestras necesidades.

Cuando no se utiliza un lenguaje claro y accesible se vulneran sus derechos.



¿Cómo afecta la comunicación accesible en las personas con discapacidad intelectual?

Cuando no hay comunicación accesible las personas se sienten:

- Inseguras.
- Desorientadas.
- Con miedos.
- Desinformadas.
- Sin posibilidad de participar.
- En desigualdad con la sociedad.
- Más dependientes.
- Incomprendidos.
- Con baja **autoestima**.
- Menos control sobre sus vidas.



¿Qué es el lenguaje claro, accesible e inclusivo?

LENGUAJE CLARO:

Es utilizar un vocabulario sencillo, directo y organizado.
Fácil de entender por todas las personas.

LENGUAJE ACCESIBLE:

El lenguaje accesible significa el uso
de recursos como por ejemplo,
La lengua de signos, **subtítulos**, entre otros.
Así, se facilita la comprensión a personas
con discapacidades visuales, auditivas,
cognitiva entre otras.

LENGUAJE INCLUSIVO:

Busca evitar el uso de términos
y expresiones que discrimine
o excluyan un grupo social.

Pautas para utilizar un lenguaje inclusivo y accesible.

- Comprende la discapacidad intelectual:
Es importante entender qué es la discapacidad intelectual.
Como afecta en la comunicación
y cuáles son las barreras más comunes
- Es importante saber que los silencios, los gestos, los ritmos de lo que hacéis, transmiten información siempre.
No comunicarse no es posible.
- La forma en la que hablas con alguien puede afectar cómo se siente.
- Consigue la atención de la persona.
- Háblale a la persona.
- Evita **estereotipos** y **generalizaciones**.
- Es importante usar un lenguaje que sea igual y respete a todas las personas.



- Habla despacio y con palabras fáciles.
- Escucha con atención.
- No uses muchas palabras difíciles.
- Comunícate en un lugar sin ruidos.
- Comunícate de la manera que cada persona entienda mejor.
- Repite la información si es necesario.
- Asegúrate de que todos puedan participar.
- Usa apoyos visuales.
- No uses frases en negativo, son más difíciles de entender.
- No des nada por hecho, pregunta a la persona.
- Ten paciencia y da tiempo para responder.
- No utilices **sarcasmos**, **metáforas** ni **refranes**.
- Usa apoyo no verbal.
- Haz refuerzo positivo.
- Ayuda a que cada persona pueda decidir por sí misma.
- Deja que las personas cometan errores.
Debes asumir riesgos.

- Utiliza un lenguaje simple, claro y concreto:
Evitar **jergas** y expresiones difíciles.
Usa frases cortas.
- El tono de voz es muy importante:
Habla con un tono de voz claro pero suave.
- Utiliza apoyos comunicativos si es necesario
Por ejemplo: **SAAC**.
- No uses un lenguaje infantil.
- Es importante usar un lenguaje que sea respetuoso
e igualitario para todas las personas:
No los llevas, los acompañas.
No son objetos,
No son de tu pertenencia.

Herramientas o técnicas para los profesionales.

- Usa el decálogo de comunicación accesible.



La comunicación accesible

¿Cómo comunicarnos de forma fácil?



Habla despacio y con palabras fáciles.
Usa frases cortas y fáciles para que todas las personas puedan entender la información.



Escucha con atención.
Espera que la persona termine de hablar antes de responder.



No uses muchas palabras difíciles.
Si tienes que usar palabras difíciles, explica lo que quiere decir.



Comunícate en un lugar sin ruidos.
Así, la comunicación es mejor.



Comunícate de la manera que cada persona entienda mejor.
No todas las personas entienden igual, pregunta como quieren comunicarse.



Repite la información si es necesario.
Si alguien no entiende, explica de otra manera.



Asegúrate de que todos puedan participar.
Espera a que cada persona diga sus ideas.



Usa apoyos visuales.
Por ejemplo:
Usa imágenes, pictogramas o gestos para que entiendan mejor la información.



No uses frases en negativo.
Son más difíciles de entender.



El tono de voz es muy importante.
Habla con un tono de voz claro pero bajo.

Significado de palabras difíciles.

Atención:
quiere decir estar mirando o escuchando algo o alguien para saber lo que pasa.

Pictograma:
dibujo para dar información de forma clara.

Hablar de forma clara y accesible muestra respeto hacia todas las personas.

Validado por la Unidad de Accesibilidad Cognitiva: En La Línea Fácil.
Contacta con nosotros
606 11 31 59
enlalineafacil@asansull.org



Usa la técnica de la hamburguesa:

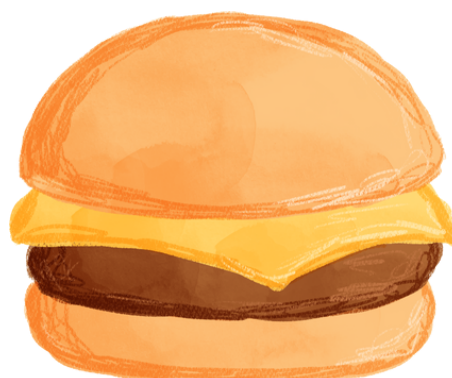
Consiste en corregir como actúa una persona de forma empática y **asertiva**.

Capa 1: El pan

Primero en vez de gritar, regañar o decir no, pedimos ayuda a la persona a detectar el error. La persona nunca podrá solucionarlo si no se da cuenta. Para ello, lo mejor es una pregunta.

Capa 2: el queso.

El queso suele ser lo que mas nos gusta en la hamburguesa, es decir, es algo positivo. Por eso, dile algo agradable a la persona, relacionado con la situación.



Usa la técnica de la hamburguesa:

Capa 3: la carne.

La carne es lo más importante de una hamburguesa, corresponde a aquello que es la base del problema. En esta capa deberás decirle de manera tranquila lo que no te gusta de la situación.

Capa 4: la tapa del pan.

La tapa del pan permite que la hamburguesa se pueda comer con las manos.

Por eso es muy importante.

En esta capa debes decirle a la persona algo positivo, algo agradable con lo que sienta que crees en su capacidad de resolver el problema.

Evalúa la comprensión.

Es importante saber que las personas han entendido la información.

Algunas formas de hacerlo son:

- Preguntar si han entendido el mensaje o si hay dudas.
- Hacer preguntas para comprobar que las personas han entendido lo que has dicho.
- Después de comunicar, resume la información importante.



Formación continua.

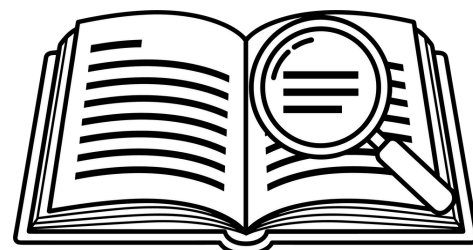
Los profesionales que trabajáis con personas con discapacidad intelectual, debéis recibir formación en comunicación accesible, esto os permitirá aplicar las mejores prácticas y adaptar tu lenguaje o la forma de enseñar según las necesidades de cada persona.



Glosario

Asertiva:

Que expresa su opinión de manera firme y sin hacer daño a los demás.



Autoestima:

es quererte y valorarte a ti mismo.

Empatizar:

Ponerse en lugar de otra persona y coincide con sus sentimientos.

Estereotipos:

Idea, expresión o imagen que tiene la sociedad de algo o de alguien. Permanece sin cambios y se repite a lo largo del tiempo.

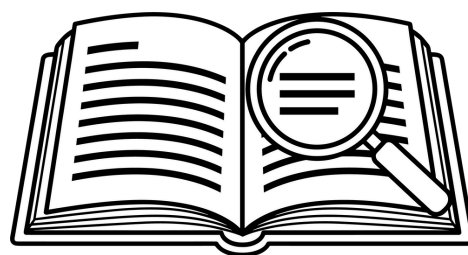
Generalizaciones:

Una generalización es decir que todo un grupo es de una manera cuando solo lo son algunas personas.

Glosario

Jergas:

Lenguaje que usan entre ellos las personas que tienen la misma profesión o que pertenecen al mismo grupo.



Metáforas:

Usar una palabra o frase para referirse a una cosa. Porque tiene un parecido o alguna relación.

Ejemplo:

Sus ojos eran dos estrellas.
Esto quiere decir
que sus ojos brillaban mucho.

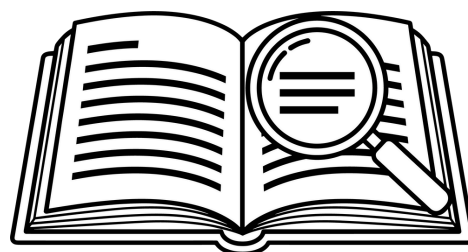
Refranes:

Un refrán es una frase corta que muchas personas conocen. Los refranes dan un consejo o enseñan algo de la vida.

Glosario

SAAC:

Son las iniciales
Sistemas Aumentativos
y Alternativos de Comunicación.
Son los sistemas de comunicación
que ayudan a superar las dificultades
de las personas para comprender textos.
Utilizan símbolos, fotografías o dibujos
para ayudar a entender las cosas.



Sarcasmos:

Burla que sirve
para insultar a alguien.

Subtítulos:

Textos que aparecen en un vídeo o en una película
y muestran las palabras que dicen los personajes.

Vulnerar:

Incumplir o desobedecer
una norma.



¿Quieres **CONTACTAR** con
la **Unidad de Accesibilidad Cognitiva** de ASANSULL?

Llámanos al **956 643 673**

Escríbenos un mail al correo **enlalineafacil@asansull.org**



Documento adaptado y validado por la Unidad
de Accesibilidad Cognitiva de ASANSULL: En La Línea Fácil.

Noviembre 2025

© Logo europeo de la lectura fácil.
Más información en www.easy-to-read.eu.

