 

# El Fundamento:

# Los principios de la Función Relajada







# Lenguaje



Este recurso es proporcionado por Christine Karcza

Consultoría: I can do this!

[www.icandothis.ca](http://www.icandothis.ca/)

| **Términos generales a evitar**  Discapacitada/o.  Minusválida/o.  Lisiada/o | **Respetuosos y positivos**  Personas con discapacidad,  Personas que viven con discapacidad  La comunidad con discapacidad |
| --- | --- |
| Con problemas físicos  Con problemas de aprendizaje | Una persona con discapacidad física  Una persona con una discapacidad intelectual o de desarrollo |
| Afligido por… EM  Sufre de… distrofia muscular  Sufre de lupus  Afectado por múltiples discapacidades  Víctima de… polio  Inválido (el significado literal de la palabra es algo que no es válido).  Palabras como “golpeado por”, “afligido por” y “víctima” sugieren impotencia y sensacionalizan la discapacidad de las personas | Persona con esclerosis múltiple  Tiene distrofia muscular  Persona con lupus  Persona con discapacidades múltiples  Persona que tuvo polio  Alguien que vive con artritis |
| Defecto de nacimiento  Defecto congénito  Deformidad | Persona con una discapacidad de nacimiento, por ejemplo: es ciego/a de nacimiento  Tiene discapacidad congénita  Ha tenido discapacidad desde el nacimiento  Nació con una discapacidad  Persona con discapacidad congénita |

# Lenguaje, continuación

| Estacionamiento para discapacitados, estacionamiento para minusválidos, baño para minusválidos, habitaciones para minusválidos, asientos para minusválidos | Estacionamiento accesible  Baños accesibles, habitaciones accesibles  Asientos accesibles  Asientos para espectadora/os que utilizan silla de ruedas |
| --- | --- |
| Necesidades especiales  “Viajes y excursiones” especiales | Necesidades adaptables  Hospedaje para personas con discapacidad  Excursiones para personas con discapacidad |
| Es no verbal | Se comunica con un dispositivo o con los ojos  Una persona que no habla  Una persona con un trastorno del habla |
| Una persona sana, normal  Lo anterior sugiere que una persona con discapacidad no es normal ni sana | Una persona sin discapacidad |
| Los hospitalizados, los enfermos | Personas que viven en un centro de cuidados o atención |
| **Discapacidades de movilidad: palabras a evitar** | **Discapacidades de movilidad: palabras a usar** |
| Confinada/o a una silla de ruedas.  El uso de una silla de ruedas o una silla eléctrica tipo moto trae consigo movilidad independiente, todo lo contrario al confinamiento.  Niña de la silla de ruedas.  Cuadripléjico, parapléjico, paralizada/o, atrofiada/o | Usuaria/o de silla de ruedas  Persona que usa silla de ruedas o motorizada  Referirse a la niña por su nombre  Persona que tiene cuadriplejía  Ella tiene paraplejia  Persona con parálisis cerebral |
| Coja/o  Renga/o, tullida/o, | Persona que usa un aparato que auxilia su movilidad, como muletas o una pierna ortopédica  Persona que camina con una cojera/renguera |
| Enano/a  Pigmeo/a | Alguien de baja estatura  Persona de talla baja |
| Epiléptica/o  Ataques o episodios | Persona con epilepsia  Persona con trastorno convulsivo  Convulsiones |

| Tartamuda/o | Persona que tartamudea |
| --- | --- |
| **Discapacidades visuales: palabras a evitar** | **Discapacidades visuales: palabras a usar** |
| Ciega/os  La escritora ciega  El discapacitado visual  Está impedida/o visualmente | Persona ciega  Persona con ceguera  La escritora que tiene ceguera  Personas con pérdida de visión  Persona de visión parcial  Tiene baja visión  Tiene visión limitada  Personas con diferentes capacidades visuales  Muchas personas tienen diferentes grados de pérdida de visión, mientras que otras tienen ceguera |
| **Discapacidades auditivas: palabras a evitar** | **Discapacidades auditivas: palabras a usar** |
| Sordomuda/o  Muda/o | Una persona que no puede oír ni hablar  Sorda/o  Persona con sordera  Una persona que médicamente es sorda pero que no se identifica con la comunidad sorda  Sorda/o con S mayúscula  Personas que médicamente son sordas y que se identifican con la comunidad Sorda. Su modo de comunicación preferido es la lengua de señas  Sorda/o manual, de señas  Una persona sorda cuyo modo de comunicación preferido es la lengua de señas  Sorda/o/e oral  Una persona sorda cuyo modo de comunicación preferido es verbal y auditivo y/o por lectura de labios, aunque pueden hacer señas  Una persona que se vuelve sorda, tal vez más tarde en su vida |
| Discapacitado auditivo | Una persona con dificultades de audición  Una persona con pérdida de audición  Una persona con pérdida parcial de audición  Una persona que es parcialmente sorda |

| Sordociega/os  La sordociega | Personas que son sordas y ciegas  Una mujer que es sorda y ciega. |
| --- | --- |
| **Discapacidades intelectuales o del aprendizaje: palabras a evitar** | **Discapacidades intelectuales: palabras a usar** |
| Downs, mongoloides, mongolismo | Una persona con síndrome de Down |
| Discapacitado intelectual, desorden de aprendizaje | Una persona con discapacidad del aprendizaje  Una persona con discapacidad cognitiva |
| Retrasado mental, retrasado, retardado, débil mental, mongol, lelo, subnormal, tarado, tonto | Persona con discapacidad intelectual  Persona con discapacidad del desarrollo |
| Autista | Persona con autismo  Persona con Trastorno del Espectro Autista |
| Dañado cerebralmente  Vegetativo | Persona con daño cerebral  Persona en coma  Persona en estado comatoso  Persona que no responde |
| **Discapacidades psicológicas o emocionales: palabras a evitar** | **Discapacidades psicológicas o emocionales: palabras a usar** |
| Paciente mental  Psicótica/o  Loca/o  Esquizoide  Esquizofrénica/o  Neurótica/o  Lunática/o  Maniaca/o  Demente  Desequilibrada/o  Chiflada/o | Persona con una enfermedad mental  Persona con una discapacidad psiquiátrica  Persona con una discapacidad psicosocial  Persona con una discapacidad de salud mental  Persona con esquizofrenia  Persona con un trastorno del estado de ánimo, por ejemplo: una persona con trastorno bipolar  Una persona con un trastorno de la personalidad, por ejemplo: una persona con comportamiento antisocial  Una persona con trastorno de ansiedad, por ejemplo: una persona con trastorno obsesivo-compulsivo |
|  |  |
|  |  |

**Fuente: Derechos reservados 2017 Christine Karcza Consultoría: I can do this! (¡Puedo hacerlo!). Todos los derechos reservados** [**www.icandothis.ca**](http://www.icandothis.ca/)

# Glosario



 

## Funciones Relajadas:

Las Funciones Relajadas se diseñaron en un principio para que los espacios teatrales fueran más cómodos y acogedores para espectadores con trastorno del espectro autista, trastornos sensoriales o de comunicación, o discapacidades del aprendizaje. Otras personas que pueden beneficiarse de las Funciones Relajadas incluyen madres y padres con hijas e hijos pequeñas y pequeños, personas con síndrome de Tourette, personas que experimentan ansiedad o personas que no se encuentran cómodas con las convenciones del ambiente teatral tradicional.

El término“Relajada” se utiliza por ser más inclusivo que otros que también se usan como presentaciones“amigables con los sentidos”o “amigables con el autismo”.



## Presentaciones amigables con los sentidos/amigables con el autismo:

Una presentación amigable con los sentidos y el autismo usará las premisas básicas (un acercamiento relajado al ruido y al movimiento, y modificaciones ligeras tanto a los niveles de sonido como a algunos efectos de luz en el espectáculo). El término suele usarse para espectáculos infantiles.

## Presentaciones extra en vivo:

## Similar en sus principios a las Funciones Relajadas, la presentación Extra en vivo involucra más a sus audiencias y las hace participar en el espectáculo. Según Jess Thom, “es un término más positivo que seguramente picará el interés de las personas y las inspirará a averiguar más, además de que subraya el beneficio potencial para toda la audiencia: que todos y todas recibimos un “extra” de estas presentaciones”.

## Fuente: Artículo de Jess Thom, “Relajadas vs. Extra en vivo” (‘’Relaxed’ vs. ‘Extra Live’’), [www.touretteshero.com](http://www.touretteshero.com/)



**Capacitismo**

El término capacitismo es el equivalente de términos como sexismo, racismo y homofobia. El capacitismo discrimina a las personas que tienen que ajustarse a un mundo “normal y sin discapacidades”, en lugar de ver como lo normal a un mundo en el que todos y todas podamos participar y del cual formar parte.

## Responsable de Accesibilidad e Inclusión, Especialista en Servicios de Accesibilidad, Coordinador/a de Acceso, Embajador/a de Accesibilidad, Acomodador/a de Acceso, Cliente/a de Acceso

Persona que coordina o se hace cargo de la accesibilidad para un negocio, o las personas acomodadoras que asisten a los espectadores con discapacidad desde la entrada hasta sus asientos, o un cliente con discapacidad.

# Glosario, continuación

## Animal de servicio

Animales adiestrados, como perros, hurones, monos y conejos, que prestan servicios a personas con discapacidad.

## Asiento de acompañante

Asiento o asientos extras designadas para amigues y familia junto a un asiento accesible.

## Asistencia al asiento

## Servicio que ofrece ayuda a una persona desde la entrada del recinto hasta su asiento.

## Calles Completas

Una Calle Completa está diseñada para todas las edades, capacidades y modos de transporte.

## Capacidad temporal (CT)

## No discapacitados.

## Un término que pone de manifiesto que, viviendo lo suficiente, todas las personas experimentarán una discapacidad en algún momento de su vida.

## Término apropiado para personas sin discapacidad.

## Compañía de danza adaptada

Danza integrada físicamente

Danza interpretada por personas con y sin discapacidades juntas y en el mismo escenario como parte de la misma pieza coreográfica.

## Complejidad Médica

## Discapacidades muy evolucionadas.

## Discapacidades múltiples y/o severas.

## Crip (hacer “cripping” en las artes, o estética de la discapacidad)

## Reivindicación artística y activista del término en inglés “cripple” (cojo/a, lisiada/o), antiguamente opresivo y despectivo. La palabra “Crip” busca exponer cómo la discapacidad y la diferencia pueden irrumpir en la vida cotidiana a través de vías creativas y productivas.

## Descripción de audio, presentaciones interpretativas en teatro en vivo con descripciones de audio, excursiones con descripción de audio, galerías de arte y museos con audioguías, diálogo descriptivo

* Comentario añadido que ofrece descripción visual para personas ciegas o con visión parcial, utilizado en programas de televisión, películas, presentaciones de teatro y eventos deportivos.
* Una voz narradora describe los colores, el escenario, el vestuario y el lenguaje corporal de las producciones en vivo.
* Descripciones auditivas breves pero vívidas de pinturas y esculturas, que mueven a la interacción táctil con los modelos exhibidos.

**Discapacidades invisibles**

El término general discapacidades invisibles reúne un amplio espectro de discapacidad que no se reconocen a simple vista. Discapacidades del aprendizaje, lesiones cerebrales y enfermedades mentales son algunos ejemplos.

**Diseño universal/diseño inclusivo**

El diseño universal se basa en principios que generen edificios, productos y entornos intrínsecamente accesibles para personas mayores, personas con discapacidad y personas sin discapacidad.

**Dispositivos de movilidad, dispositivo de ayuda a la movilidad**

Incluye motos, sillas de ruedas, bastones, muletas, andadores y otros equipos similares diseñados para ayudar a las personas con limitaciones de movilidad a desplazarse entre dos lugares.

**Diversabilidad**

Describe la amplia gama de capacidades humanas que se manifiestan de forma diferente en cada persona.

**El modelo médico de la discapacidad**

El modelo médico se enfoca en curar y gestionar una discapacidad.

## El modelo social de la discapacidad

El modelo social de la discapacidad identifica las barreras sistémicas y las actitudes negativas que excluyen a las personas con discapacidad.

# Glosario, continuación

## Estigma

El estigma subyacente se compone de percepciones o actitudes negativas hacia la discapacidad, basadas en suposiciones anticuadas e incorrectas.

## Exclusión

En el contexto de la discapacidad, la exclusión se produce cuando una persona con discapacidad es ignorada o no se le otorga la oportunidad de participar en una actividad vital, debido a barreras sociales, estructurales o sistémicas.

## Gerontología ambiental

Integración de elementos accesibles en una vivienda para que sus residentes puedan permanecer en sus hogares al envejecer.

## Includificación

## Accesibilidad en videojuegos.

## Inclusión

La inclusión en los términos de la discapacidad supone tomar acciones que involucren y acojan a personas con discapacidades en actividades cotidianas, así como asegurarse de que puedan participar y al mismo tiempo tener sus necesidades resueltas.

## Individuo sentado/a – Cliente sentado/a, vista sentada

Persona en una silla de ruedas.

Perspectiva de les espectadores en sillas de ruedas.

## Interseccionalidad

La descripción de múltiples identidades y sistemas de discriminación interrelacionados (como el capacitismo, el racismo y el sexismo) que se superponen, combinan e intersectan en las experiencias de personas o grupos marginados.

## Las personas primero

## Reconocer a la persona y al individuo antes que su discapacidad (por ejemplo: “personas con discapacidad”, “persona que usa una silla de ruedas”, “persona con parálisis cerebral”, “persona que tiene una discapacidad física”, etc.).

## Pornografía inspiracional

Describe las ocasiones en que una persona con discapacidad es catalogada como“heroica”o“inspiradora”, no porque haya llevado a cabo una hazaña notable, sino porque vive una vida normal con discapacidad.

## Ropa adaptada

Prendas de vestir desarrolladas específicamente para la posición sentada en la o el usuario de silla de ruedas.

## Ruta accesible

Un sendero continuo, nivelado, liso y de superficie dura que cumpla con los códigos de construcción, la legislación federal y las normas o directrices locales.

## Silla de movilidad, silla eléctrica, silla de ruedas de playa, rueda frontal

## La FreeWheel (“rueda libre”) es una silla de ruedas equipada con una tercera rueda frontal, que se usa para desplazarse sobre terrenos complicados e irregulares.

## Diferentes tipos de sillas de ruedas.

## Sobrecapacitado

## Lo opuesto a “dis”capacitado, “sobre”capacitado se refiere a la adquisición de mayores capacidades como resultado de tener una discapacidad.

## Visitabilidad

## La visitabilidad es un enfoque de diseño económicamente accesible, sostenible e inclusivo que integra características básicas de accesibilidad en todas las casas y viviendas de nueva construcción.

**Fuente: Derechos reservados 2017 Christine Karcza Consultoría: I can do this! (¡Puedo hacerlo!). Todos los derechos reservados** [**www.icandothis.ca**](http://www.icandothis.ca/)

# El Fundamento: lista de control



 

## Organizacional:

* Evaluación del recinto/instalaciones
* Arreglos claros para reservar
* Política de ventas de entrada en taquillas y plan de acomodo de asientos
* Mecanismo de retroalimentación
* Políticas del área abierta al público y capacitación del personal
* Material de marketing accesible y contenido web
* Lenguaje y conceptos actualizados



## Específicos de la presentación:

* Evaluación de presentación
* Negociación con el artista/compra



## Materiales preparatorios:

* Desarrollo y preparación de la Historia Visual
* Visitas de familiarización
* Promoción/Eventos mediáticos
* Asociaciones con organizaciones relevantes
* Guías de transporte y estacionamiento



## Durante el espectáculo:

* Personal y artistas preparadas y preparados
* Discurso de bienvenida que explique qué son las FR
* Espacio de descanso
* Señalética clara
* Área de retroalimentación
* Introducción previa a la presentación
* Sección de preguntas y respuestas después de la presentación**Algunos ajustes típicos a las presentaciones para una Función Relajada:**
* Las puertas permanecen abiertas hacia el vestíbulo/entrada
* La iluminación sobre el público permanece encendida (aunque a menudo atenuada)
* Efectos de iluminación disminuidos o de menor intensidad
* Efectos de sonido ligeramente reducidos
* Gritos y otros ruidos reducidos en volumen, intensidad o duración
* Efectos visuales (por ejemplo: niebla en el escenario) bajo nuevas consideraciones y comunicados de otras maneras
* Acciones sorpresivas (por ejemplo: entradas, salidas, violencia, sexualidad, explosiones) ajustadas.
* Actores y actrices vuelven al escenario para despedirse de la audiencia como sí mismos/as (no como sus personajes).









# El Fundamento: Modelo de plan de trabajo



| **Con la mayor antelación posible:** |
| --- |
| * Involucra a los colegas apropiados a conversar sobre la viabilidad de desarrollar FR. * Selecciona la producción que incluirá FR y la hora/fecha. * Crea un grupo consultivo de la FR. * Si es necesario, identifica procesos alternativos de venta de entradas. * Discute un plan de marketing y decide cómo les espectadores identificarán las Funciones Relajadas en tu sitio web y material impreso. * Proporcionar al personal del área abierta al público, voluntarios y voluntarias, taquilla y seguridad educación sobre el espectáculo, las modificaciones al recinto y conocimientos sobre individuos con discapacidades sensoriales, cognitivas y de aprendizaje. |
| 4 meses antes del espectáculo: |
| Convoca a un grupo consultivo para desarrollar un plan y asignar tareas para las FR (qué materiales crear, el plan de acomodo de asientos, capacitación y fechas de preestreno). |
| 2-3 meses antes del espectáculo (y en adelante): |
| * Continúa promocionando y publicitando la presentación. * Identifica las necesidades y resultados potenciales, y crea una evaluación de contenidos y procesos. * Crea materiales de preparación: historia visual. |

**El Fundamento: Plan de trabajo, continuación**

| 1 mes antes del espectáculo: |
| --- |
| * Presentación previa o de preestreno (discute la presentación con el equipo creativo, y las modificaciones al recinto con técnicos y personal). * Discute las preparaciones de las y los intérpretes y los posibles ensayos con modificaciones. * Reparte materiales de preparación a las familias, profesores o escuelas. |
| 1-2 semanas antes del espectáculo: |
| Ofrece oportunidades de visitas de familiarización.  Difunde y recoge datos de preevaluación (en línea o en papel).  Actualización de la capacitación para personal del área abierta al público, voluntarios y voluntarias, taquilla y seguridad. |









# El Fundamento: Plan de trabajo



| **Con la mayor antelación posible:** |
| --- |
|  |
| 4 meses antes del espectáculo: |
|  |
| 2-3 antes del espectáculo (y en adelante): |
|  |

**El Fundamento: Plan de trabajo, continuación**

| 1 mes antes del espectáculo: |
| --- |
|  |
| 1-2 semanas antes del espectáculo: |
|  |









# Notas de la Función Relajada



| **Comentarios generales:**  Ejemplos de áreas a cubrir en esta sección (cuando se aplique y sin limitarse a) | |
| --- | --- |
| Restricciones de edad/Guía | Asientos: |
| Entradas y salidas: | Área abierta al público: |
| Observaciones previas al espectáculo y durante el intervalo: | Factores ambientales: |
| Luces de la casa: | Historia Visual: |

**Notas de la Función Relajada, continuación**



| **Sonido:** |
| --- |
|  |
| Luces: |
|  |
| Acción: |
|  |

  

