

# Comunicació inclusiva en discapacitat intel·lectual i salut mental

Recomanacions per a les entitats sanitàries i socials



## INTRODUCCIÓ

En el marc del seu compromís amb la sostenibilitat i, més concretament, amb l'assoliment dels Objectius de Desenvolupament Sostenible (ODS) de l'ONU, el Consorci de Salut i Social de Catalunya (CSC) va iniciar, el maig de 2022, el cicle de jornades Comunicació i Responsabilitat Social.

Després d'una primera jornada sobre la comunicació inclusiva amb perspectiva de gènere, vam organitzar una segona trobada sobre el paper de la comunicació en l'atenció a persones amb problemes de salut mental o amb discapacitat intel·lectual. En aquesta ocasió, vam comptar amb la participació de dos representants de Dincat: Romà Javierre, responsable de l'Àrea d'Accessibilitat, i Laura Muntada, responsable de Comunicació de l'entitat. També ens hi va acompanyar Carlos Alcoba, responsable de Salut Mental i Estigma a l'àmbit laboral d'Obertament. Als tres ponents es van sumar diversos testimonis, que van compartir la seva experiència en primera persona.

A partir d'aquestes aportacions, durant la sessió vam reflexionar entorn dels estigmes i els prejudicis que es poden perpetuar en la societat respecte a la salut mental i la discapacitat intel·lectual. Així mateix, vam debatre sobre com les paraules que triem actuen com a palanca de canvi en la comunicació que es fa des de les entitats de l'àmbit sanitari i social.

Des del CSC, hem volgut recollir les principals recomanacions exposades per les entitats i testimonis participants a la jornada per promoure una comunicació més inclusiva en els àmbits de la discapacitat intel·lectual i la salut mental dels serveis sanitaris i socials, i facilitar a les organitzacions l'elaboració de guies d'estil pròpies.



## RECOMANACIONS PER A LA COMUNICACIÓ INCLUSIVA EN

## L'ÀMBIT DE LA DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL I LA SALUT MENTAL

### Persones amb discapacitat

Segons dades de les Nacions Unides, prop del 10% de la població mundial, és a dir, 650 milions de persones, viu amb una discapacitat. De fet, la discapacitat és part de la diversitat humana i és per això que cal fer servir una comunicació respectuosa que inclogui i doni visibilitat a aquesta part de la població.

Els representants de Dincat van exposar quins són els errors de terminologia més freqüents i van donar recomanacions per a comunicar de manera inclusiva amb relació a les persones amb discapacitat. Les resumim a continuació:

#### 1. Prioritzar la persona a la discapacitat

- Un nen discapacitat > Un nen amb discapacitat.
- Una discapacitat intel·lectual > Una dona amb una discapacitat intel·lectual.
- Els discapacitats demanen a la indústria videojocs més inclusius > Les persones amb discapacitat demanen a la indústria uns videojocs més inclusius.

#### 2. Prou termes obsolets o pejoratius

- Deficient
- Deficient mental
- Disminuït/da
- Endarrerit/da
- Incapacitat/da
- Inútil
- Lent/a
- Mongòlic/a

#### 3. Evitar els eufemismes

- Persones diferents > Persones amb discapacitat
- Un nen especial > Un nen amb discapacitat

#### 4. Evitar el llenguatge infantilitzat

- Els xicotets, noies, aquests vailets, nanos, xavals, angelets...

#### 5. La discapacitat no és una malaltia

- Tenir una discapacitat no vol dir estar malalt, tot i que, a vegades, una malaltia pot provocar una discapacitat.

## RECOMANACIONS PER A LA COMUNICACIÓ INCLUSIVA EN

## L'ÀMBIT DE LA DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL I LA SALUT MENTAL

### 6. Defugir el paternalisme/victimisme

- Els treballadors que estan afectats de síndrome de Down > Els treballadors que presenten síndrome de Down.
- Un reportatge sobre les persones que pateixen un trastorn de l'espectre autista > Un reportatge sobre les persones que tenen un trastorn de l'espectre autista.

### 7. Evitar els usos metafòrics i denigrants

- Es planifica un barri autista que no dialoga amb el seu entorn > Es planifica un barri que no dialoga amb el seu entorn.

### 8. Millor inclusió que integració

- Inclusió > Denota una implicació de la persona amb discapacitat i de la societat, al mateix nivell, per crear un entorn en què hi hagi igualtat de condicions.
- Integració > Suggereix que és la persona amb discapacitat qui s'ha d'esforçar a adaptar-se.

### 9. Evitar el terme diversitat funcional

- Invisibilitza les persones amb discapacitat intel·lectual i no serveix per referir-se a un col·lectiu determinat.

### 10. Donar veu a les persones protagonistes

- Parlar a la persona entrevistada a través d'una tercera persona > Adreçar-s'hi directament.
- Apujar el to de veu > Enraonar amb naturalitat.
- Parlar massa de pressa > Fer l'entrevista a un ritme adequat perquè l'interlocutor el pugui seguir amb facilitat.
- Parlar amb una cautela excessiva per por d'ofendre o molestar > Enraonar amb naturalitat.
- Fer servir un llenguatge complex i poc habitual > Enraonar amb un llenguatge planer.
- Tractar la persona adulta entrevistada com si fos un infant > Tractar-la com una persona adulta.

## RECOMANACIONS PER A LA COMUNICACIÓ INCLUSIVA EN

## L'ÀMBIT DE LA DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL I LA SALUT MENTAL

### Salut mental

Segons dades de l'Organització Mundial de la Salut (OMS), 1 de cada 4 persones experimentarà un trastorn mental en el decurs de la seva vida. De fet, la mateixa OMS exhorta a les institucions i representants socials a fomentar mesures amb l'objectiu de canviar actituds, actuacions i plantejaments amb relació a la salut mental amb la finalitat d'eliminar estigmes i sumar drets. En aquest sentit, amb la intervenció d'Obertament, es va posar de manifest que la gran barrera de les persones amb trastorns mentals és l'estigma, el qual dificulta la recuperació i agreuja el patiment respecte a la malaltia. De fet, segons alerten des d'aquesta entitat, algunes persones amaguen que han estat diagnosticades per por al rebuig del seu entorn.

Segons s'exposa a la *Guia de mitjans. Recomanacions per informar sobre salut mental*, d'Obertament, alguns dels **errors més freqüents** són:

- Parlar de les persones amb diagnòstics de salut mental com a violentes, perilloses o imprevisibles > Les persones amb un trastorn mental no són més violentes que la resta de la societat.
- Emprar generalitzacions com “els malalts mentals són” o “els esquizofrènics es comporten” > Els problemes de salut mental es viuen i afecten cada persona de forma diferent.
- Tractar les persones amb problemes de salut mental amb compassió o paternalisme > L'àmplia majoria de persones amb un trastorn mental és capaç de participar en espais comunitaris, laborals i socials. És l'estigma el que limita, moltes vegades, l'accés a aquests àmbits.
- Il·lustrar les informacions sobre salut mental amb imatges que transmeten aïllament social, patiment, foscor o que despertin compassió o rebuig > Les persones amb problemes de salut mental no volen ser representades visualment de manera diferent que la resta de la societat.

## RECOMANACIONS PER A LA COMUNICACIÓ INCLUSIVA EN

## L'ÀMBIT DE LA DISCAPACITAT INTEL·LECTUAL I LA SALUT MENTAL

Pel que fa al **llenguatge que fem servir per descriure les persones amb problemes de salut mental**, l'ús de termes inexactes pot reforçar els estereotips i, consegüentment, l'estigmatització.

En aquest sentit, algunes de les recomanacions que Obertament recull a la seva guia són:

Cal evitar	Seria preferible	Per què?
Un psicòtic, un esquizofrènic, una anorèxica...	Una persona que té o ha tingut psicosi, esquizofrènia, anorèxia o bé algú que té un diagnòstic de...	Les persones són més que el seu diagnòstic de salut mental. El diagnòstic no els defineix.
Utilitzar els termes esquizofrènic, bipolar, depressiu o psicòtic per descriure situacions caòtiques, irracionals o extravagants.	Buscar recursos lingüístics o adjectius que no apel·lin a la salut mental.	Aquesta adjectivació negativa perpetua mites i estereotips.
El malalt mental, la persona que pateix de malaltia mental, la víctima...	Persones amb problemes de salut mental, persones que tenen o conviuen amb un trastorn mental.	Moltes persones amb problemes de salut mental es recuperen i viuen una vida plena.



## Referències i recursos útils

Dincat: [Presentació Discapacitat intel·lectual i comunicació inclusiva](#)

Obertament: [Guia de mitjans. Recomanacions per informar sobre salut mental](#)

Generalitat de Catalunya: [Guia de llenguatge inclusiu en el tractament de persones amb discapacitat](#)

[Vídeo de la jornada](#)

## Agraïments:



# Comunicació inclusiva en discapacitat intel·lectual i salut mental

Recomanacions per a les entitats sanitàries i socials