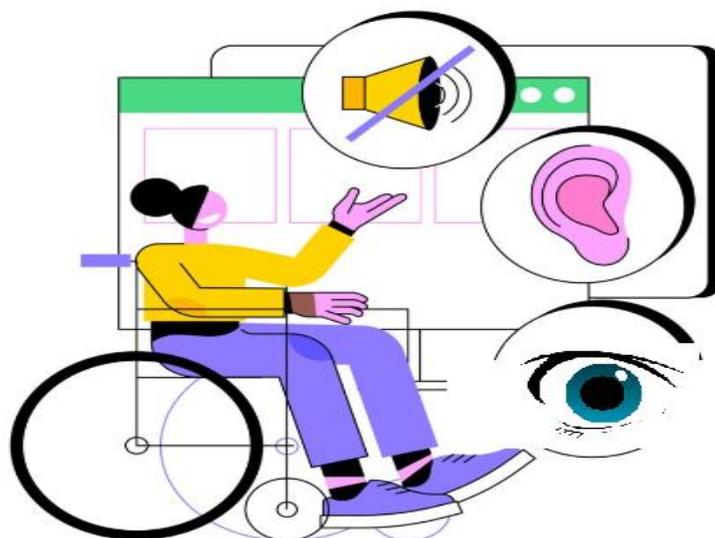


DISmode

**"Formação digital para animadores de juventude de ONGs
para se tornarem moderadores de apoio a jovens com
deficiência"**

Número do projeto: 2022-2-PT02-KA220-YOU-000095234



Resultados do projeto WP 2

Resultado 3(R3):

**Módulo de comunicação sobre sensibilização
para a deficiência, etiqueta para a deficiência,
orientações em matéria de comunicação,
utilização básica de tecnologias de apoio e língua
gestual**

Versão 7, Junho, 2024

Autores:



BULGARIAN
INCLUSION
SUPPORT
TEAM



ipb
INSTITUTO POLITÉCNICO
DE BRAGANÇA



Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Índice

Introdução.....	4
Enquadramento	8
1. Deficiência e incapacidade.....	13
1.1. Modelo médico.....	15
1.2 Modelo social	16
1.3 Modelo biopsicossocial	18
1.4. A abordagem da tecnologia e do funcionamento baseada na CIF	19
2. Tipos de deficiência.....	22
2.1 Dificuldades de mobilidade.....	23
2.2. Deficiências visuais.....	24
2.3 Deficiências auditivas.....	26
2.4. Perturbações da fala	27
2.5. Dificuldade intelectual e desenvolvimental (DID)	29
2.6. Problemas de saúde mental	30
2.7 Problemas na aprendizagem	37
2.8. Condições médicas.....	44
3. Etiqueta para pessoas com deficiência.....	47
4. Preconceito e estereótipos	51
4.1 Preconceito	51
4.2. Estereótipos	52
4.3. Enfrentar o preconceito familiar em relação à capacidade de trabalho da pessoa com deficiência	54
5. Deficiência e acessibilidade	55
5.1 Acessibilidade ambiental	55
5.2 Acessibilidade atitudinal	57
6. Possíveis adaptações do ambiente das IES.....	60
7. Evitar a vitimização de jovens com deficiência.....	62
8. Desenvolver uma identidade positiva	66

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

8.1. Deficiência e imagem.....	66
8.2. Identificar aspetos positivos de ser uma pessoa com capacidades e deficiência	68
9. Parte Prática.....	73
9.1. Jogo de simulação 1 "Pessoas com deficiência – como se sentem?"	74
9.2. Jogo de simulação 2 "Fácil de entender"	74
9.3. Jogo de simulação 3 "Assistir um utilizador de cadeira de rodas"	75
9.4. Jogo de simulação 4 "Uso de palavras corretas e incorretas"	76
9.5. Jogo de simulação 5 "As pessoas que usam aparelhos auditivos – como se sentem?"	77
9.6. Jogo de simulação 6 "Leitura labial"	77
9.7. Jogo de simulação 7 "Diga a palavra. Compreender como se sentem os jovens com dificuldades de aprendizagem específicas"	78
9.8. Jogo de simulação 8 "Encontre uma forma alternativa de apertar as mãos"	79
9.9. Jogo de simulação 9 "Pessoas com deficiência visual – como se sentem?"	79
10. Informações básicas sobre tecnologias assistivas digitais que podem ser úteis durante a educação	80
10.1. Anotações eletrónicas.....	81
10.2. Tecnologias de apoio relacionadas com o teclado	89
10.3. Relacionado com o rato	98
10.4. Ecrãs tácteis	105
11. Palavras e frases básicas em língua gestual.....	107
11.1. Alfabeto internacional de uma mão – gestuno.....	107
11.2. Alfabeto português de uma mão	108
11.3. Palavras e frases importantes, que podem ser usadas pelos moderadores de suporte para pessoas com deficiência.....	109

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Introdução



Os desafios colocados pela educação inclusiva são uma das tarefas atuais da atividade profissional dos professores universitários e dos decisores políticos em matéria de educação, dentro e fora da União Europeia. Apesar dos esforços determinados da comunidade internacional, alguns países ainda enfrentam dificuldades e obstáculos na obtenção de educação de qualidade promotora do bem-estar dos estudantes e dos jovens. A necessidade de implementar uma educação inclusiva não diminui a necessidade de uma abordagem sistémica para combater a exclusão social causada por barreiras à educação.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

A deficiência é uma questão médica, mas também social. Resulta da interação entre pessoas com "incapacidades físicas, mentais, intelectuais ou sensoriais duradouras que, em interação com várias barreiras, podem impedir a sua participação plena e efetiva na sociedade em condições de igualdade com os outros" (*artigo 1.º, Convenção Nacional das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência*).¹



Figura 1. Números relativos à deficiência

Fonte: Infografia - A deficiência na UE: factos e números, Conselho da Europa

De acordo com o Conselho da Europa, quase 87 milhões de pessoas na Europa têm uma deficiência, o que significa que 1 em cada 4 pessoas (com 18 ou mais anos) tem uma deficiência (² dados de 2022).



Figura 2. Números relativos à deficiência 2

Fonte: Infografia - A deficiência na UE: factos e números, Conselho da Europa

¹<http://www.un.org/disabilities/convention/conventionfull.shtml>

²<https://www.consilium.europa.eu/en/infographics/disability-eu-facts-figures/>

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

As pessoas com deficiência têm duas vezes mais probabilidades de abandonar precocemente a escola e têm 50% mais probabilidades de pobreza e exclusão social. Uma em cada duas pessoas com deficiência sente-se discriminada.

Uma das principais razões para uma inclusão inadequada das pessoas com deficiência é o facto de existirem preconceitos relativamente a um desempenho geralmente inferior. A exigência de inclusão social concretiza-se quando cada pessoa, enquanto indivíduo, é aceite pela sociedade e tem a oportunidade de nela participar plenamente.

As diferenças e os desvios são conscientemente percebidos no contexto da inclusão social, mas são limitados ou mesmo elevados no seu significado. A sua presença não é questionada nem vista pela sociedade como uma peculiaridade. O direito de participar é socioeticamente justificado e diz respeito a todos os aspetos da vida, nos quais todos devem poder circular sem barreiras.

A diversidade e a existência de diferenças são um facto natural da nossa existência. As pessoas já não são obrigadas a cumprir padrões inatingíveis; é a sociedade que cria estruturas para que as pessoas com características especiais se envolvam e prestem serviços valiosos, ainda que tenham essas características.

Este módulo fornece uma caracterização geral de diferentes deficiências e das respetivas limitações e barreiras que as mesmas implicam nas pessoas que as apresentam. Abrange tópicos que ajudarão os moderadores de apoio à deficiência a atualizar os seus conhecimentos e a compreender os diferentes tipos de deficiência. Ainda não existem categorizações universalmente aceites de deficiência, apesar dos esforços envidados nesse sentido. A terminologia de deficiência comumente utilizada varia de país para país e também entre diferentes comunidades de pessoas com deficiência no mesmo país. Existe uma tendência em muitas comunidades de pessoas com deficiência para utilizar terminologia funcional em vez de classificações médicas.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

As aptidões podem variar de pessoa para pessoa ou de organização com deficiência para organização semelhante e, ao longo do tempo, entre diferentes pessoas com o mesmo tipo de deficiência. As pessoas podem ter em simultâneo diferentes deficiências e combinações de diferentes níveis de gravidade. Algumas pessoas com várias condições não se considerariam portadoras de deficiência. Podem ter limitações de funcionamento sensorial, físico ou cognitivo que podem afetar o seu acesso ao mercado de trabalho.

Este módulo dá aos moderadores de apoio à deficiência dicas para trabalharem de forma independente, estarem cientes de certos desafios que podem enfrentar e evitarem práticas discriminatórias. Além disso, o módulo fornece orientações essenciais para superar preconceitos e estereótipos das famílias e da sociedade que afetam a situação laboral dos jovens com deficiência. Inclui, também, o desenvolvimento de uma identidade positiva da pessoa com deficiência como caminho para alcançar a independência e a inclusão.

O módulo aborda ainda mitos frequentes entre a sociedade global em relação às habilidades das pessoas com deficiência para lidar com as rotinas diárias. Por último, mas não menos importante, apresenta-se um breve resumo sobre tecnologias assistivas relevantes, que podem facilitar um melhor apoio digital e inclusão digital de jovens com deficiência. Falando sobre comunicação, acreditamos que é importante, também, que os moderadores de apoio a pessoas com deficiência tenham um conhecimento básico sobre palavras e frases em língua gestual.

Enquadramento

Tabela 1. Apresentação global do módulo

<p>Finalidades e objetivos do módulo</p>	<p>Os moderadores de apoio a pessoas com deficiência devem ser capazes de:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Promover a inclusão social em todas as áreas da vida dos jovens com deficiência (atividades profissionais, pessoais e comunitárias). • Promover a sensibilização para os diferentes tipos de deficiência e para os desafios e barreiras associados a essa deficiência em particular. • Reagir adequadamente em diferentes situações enquanto trabalha com jovens com deficiência. • Compreender como se sente o jovem com deficiência e o que considera importante para a sua autonomia e realização académica e profissional. • Consultar os jovens com deficiência e a comunidade académica sobre os ajustamentos adequados e razoáveis para garantir a máxima acessibilidade ao ambiente circundante. <p>Os moderadores de apoio a pessoas com deficiência podem/sabem como:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comunicar com pessoas com deficiência de forma adequada e não discriminatória. • Trabalhar com jovens com diferentes tipos de deficiência, considerando os aspetos específicos de cada deficiência. • Apresentar as pessoas com deficiência perante o corpo docente e a comunidade, com foco nos seus pontos fortes e capacidades
---	--

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

	<ul style="list-style-type: none"> • Manter uma imagem positiva do jovem com deficiência sem negligenciar as limitações da inerentes. • Criar uma consciência positiva para os jovens com deficiência em vez de simpatia. • Evitar a vitimização das pessoas com deficiência. • Desenvolver a identidade positiva dos jovens com deficiência. • Enfrentar e superar preconceitos e estereótipos da sociedade.
<p>Resumo</p>	<p>O módulo apresenta o conceito de autodeterminação como um dos elementos-chave para viver de forma independente e tomar decisões autónomas. As pessoas com deficiência adquirem um comportamento autónomo, devem ser capazes de fazer cumprir e defender os seus direitos de tomar as suas próprias decisões. Por conseguinte, uma formação adicional de competências de comunicação eficazes também é relevante.</p> <p>Com este módulo estamos a fornecer esclarecimentos e informações adicionais sobre como os moderadores de apoio à deficiência podem garantir valores e princípios como: individualidade, respeito, autodeterminação, possibilidade de escolhas informadas, confidencialidade, privacidade, flexibilidade e acessibilidade, bem como divulgação de tópicos sobre deficiência</p> <p>Além disso, o módulo fornece uma visão geral das deficiências e das respetivas limitações e barreiras que as pessoas com estas deficiências enfrentam. Abrange tópicos que ajudarão o moderador de apoio à deficiência a atualizar os seus conhecimentos e compreensão sobre os diferentes tipos de deficiência. No entanto, salienta-se que não existem</p>

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

categorizações universalmente aceites de deficiência, apesar dos esforços envidados nesse sentido.

Relembramos que as aptidões podem variar de pessoa para pessoa ou de organização com deficiência para organização semelhante e, ao longo do tempo, para diferentes pessoas com o mesmo tipo de deficiência. As pessoas podem ter combinações de diferentes deficiências e combinações de diferentes níveis de gravidade. Algumas pessoas com várias condições não se considerariam pessoas com deficiência. Podem, no entanto, ter limitações de funcionamento sensorial, físico ou cognitivo que podem afetar o acesso à educação.

Isto permitirá que os moderadores de apoio à deficiência trabalhem de forma independente, estejam cientes de certos desafios que possam enfrentar e evitem práticas discriminatórias.

Além disso, o módulo fornece orientações essenciais para superar preconceitos e estereótipos das famílias e da sociedade que afetam a situação laboral dos jovens com deficiência. Isso também inclui o desenvolvimento de uma identidade positiva da pessoa com deficiência como um caminho para alcançar a independência e a inclusão.

O módulo também fornece informações sobre tecnologias assistivas, que podem ser usadas durante a educação adicional de jovens com deficiência.

Como anexo, o módulo fornece alguns vídeos com palavras básicas em língua gestual em cada país específico.

<p>Recursos educativos necessários</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. PC, portátil ou tablet 2. Acesso à Internet 3. Conta de e-mail <p>Para os jogos de RPG:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Venda dos olhos 2. Folhas de papel 3. Tabela impressa a cores 4. Cadeira de rodas ou cadeira de escritório com rolos 5. Espaço de jogo suficiente
<p>Percursos de aprendizagem (oportunidade de microcredenciais)</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Presencial: 3 horas 2. E-learning: 7 horas 3. Prática: 4 horas
<p>Conhecimentos prévios exigidos</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ser alfabetizado, ter conhecimentos básicos sobre deficiência e assuntos sociais 2. Boa capacidade de comunicação 3. Competências básicas ao nível das tecnologias digitais 4. Capacidade de cooperar com os outros 5. Atitudes positivas e capacidade de expressar empatia para com as pessoas com deficiência 6. Conhecimentos básicos no domínio do trabalho com jovens com necessidades especiais.
<p>Resultados de aprendizagem do módulo</p>	<p>Conhecimento sobre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diferentes abordagens em relação às pessoas com deficiência (centradas na pessoa); • Como a pessoa com deficiência se sente e o que considera importante para a sua autonomia; • Sensibilização positiva para os diferentes tipos de deficiência e para os desafios e barreiras enfrentados pela deficiência em particular;

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

	<ul style="list-style-type: none"> • Possíveis reações, em diferentes situações e diferentes contextos sociais, ao trabalho com pessoas com deficiência; • Tecnologias digitais de assistência, que podem proporcionar maior acessibilidade aos jovens com deficiência; • Palavras/frases básicas em língua gestual, o que poderá facilitar o processo de comunicação. <p>Competências:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicação prática de métodos básicos centrados na pessoa; • Capacidade de apoiar as pessoas com deficiência na tomada de decisões próprias e informadas; • Aptidões para agir com jovens com várias deficiências, bem como para aplicar uma abordagem centrada na pessoa; • Habilidades para comunicar de forma positiva e recorrendo a palavras não discriminativas; • Aptidões para prestar serviços fiáveis e consultas sobre questões relacionadas com a acessibilidade, a luta contra os preconceitos e a criação de uma identidade positiva; • Habilidades como a organização e implementação de possíveis ajustamentos ao nível da acessibilidade na IES; • Utilização de tecnologias de apoio; • Comunicação em língua gestual. <p>Competências:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacidade de desenvolver uma atitude individual e centrada na pessoa em relação às pessoas com deficiência;
--	---

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

- Reconhecimento das dificuldades ou desafios das pessoas com deficiência na realização dos seus projetos individuais de vida;
- Reflexão sobre atitudes em relação às pessoas com deficiência;
- Sensibilização para as atitudes das sociedades e possíveis formas de as ultrapassar e lidar;
Sensibilização dos moderadores de apoio à deficiência para a deficiência e as peculiaridades dos serviços que devem ser ajustados às necessidades individuais de cada jovem com deficiência
- Promoção da autoeficácia dos moderadores de apoio à deficiência, no apoio e inclusão de jovens com deficiência.
- Aumento da consciencialização e empatia dos moderadores de apoio à deficiência, ao mesmo tempo que apoia os jovens com deficiência.
- Maiores capacidades de comunicação alternativa;
- Aumento das competências digitais no que diz respeito à utilização de tecnologias de apoio.

1. Deficiência e incapacidade



Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

De acordo com a distinção feita pela Organização Mundial de Saúde (OMS), *deficiência* é qualquer perda ou anormalidade da estrutura ou função psicológica, fisiológica ou anatômica. Pode-se usar "deficiência" ao referir-se a fala, a audição, a visão e a mobilidade ou com outra forma de perda ou déficit. Uma pessoa também pode ser "prejudicada" por uma condição corrigível (como miopia) ou por uma que não pode ser corrigida (como paralisia cerebral).

Contudo, a descrição das deficiências tem um âmbito mais alargado. A OMS define *deficiência* como qualquer restrição ou falta, resultante de incapacidade, da capacidade de realizar qualquer atividade da maneira ou dentro do intervalo considerado normal para todas as pessoas.

Os jovens podem ter uma deficiência, por deficiência física, intelectual ou sensorial, condições médicas ou doenças mentais. Tais deficiências, condições ou doenças podem ser de natureza permanente ou temporária. Uma deficiência física, sensorial ou intelectual permanente limita substancialmente uma ou mais das principais atividades da vida de uma pessoa, incluindo a leitura, a escrita e outros aspetos da educação; um emprego; a gestão das várias funções essenciais da vida, como vestir-se, tomar banho e comer.

A deficiência não é apenas um problema de saúde. Trata-se de um fenómeno complexo, que reflete a interação entre as características do corpo de uma pessoa e as características da sociedade em que vive. A superação das dificuldades enfrentadas pelas pessoas com deficiência requer intervenções para remover barreiras ambientais e sociais.

As pessoas com deficiência têm as mesmas necessidades de saúde que as pessoas sem deficiência – para imunização, rastreio do cancro, etc. Elas também podem experimentar alguns riscos acrescidos ao nível da saúde, tanto devido à pobreza e à exclusão social, como porque podem ser mais vulneráveis a condições secundárias.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Os moderadores de apoio à deficiência desempenham um papel significativo como ponte entre as pessoas que não têm deficiência e as pessoas com deficiência que lutam para superar as barreiras físicas e sociais e para se tornarem parte equitativa da sociedade contemporânea.

1.1. Modelo médico

Dentro do modelo médico, a deficiência é entendida como um problema individual. Se alguém tem deficiência – por exemplo – a incapacidade de ver, andar ou ouvir é entendida como um problema médico.

O modelo médico de deficiência encara a deficiência como um "problema" que pertence ao indivíduo com deficiência. Não é visto como um problema que diga respeito a ninguém além do indivíduo afetado. Por exemplo, se um estudante que usa cadeira de rodas não consegue entrar num prédio por causa de alguns degraus, o modelo médico sugere que isso é por causa da cadeira de rodas, e não dos degraus.

É por isso que o modelo médico de deficiência também afeta a forma como as pessoas com deficiência pensam sobre si próprias. As pessoas com deficiência também podem ser levadas a acreditar que as suas deficiências as impedem automaticamente de participar em atividades sociais.

Alguns exemplos de uma abordagem de modelo médico podem ser:

- um professor que se recusa a produzir documentos de apoio aumentando o tamanho da letra para um estudante com deficiência visual. O estudante não pode, portanto, participar na discussão da aula;
- um membro do pessoal que se recuse a disponibilizar uma cópia de uma apresentação feita em PowerPoint antes de uma palestra. Isso cria uma barreira à

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

aprendizagem para os estudantes com dislexia, que provavelmente terão mais dificuldades para ler, compreender e registar os pontos-chave;

- um gabinete de relações com estudantes que se recuse a enviar um estudante com deficiência para uma viagem de mobilidade Erasmus+ por considerar que o jovem com deficiência não é capaz de lidar com questões de viagem e alojamento.

Esta abordagem do modelo médico baseia-se na crença de que as dificuldades associadas à deficiência dizem respeito aos jovens com deficiência, e que estes devem fazer um esforço extra (talvez em tempo e/ou dinheiro) para garantir que não incomodam ninguém.

1.2 Modelo social

De acordo com o modelo social, a deficiência resulta principalmente da resposta da sociedade às pessoas com deficiência. A experiência a partir de um modelo baseado apenas no défice e na questão da saúde fez com que se sentissem socialmente isolados. Através do modelo social, a deficiência é entendida como uma relação desigual dentro de uma sociedade em que as necessidades das pessoas com deficiência são frequentemente pouco ou nada consideradas.

Os jovens com deficiência têm deficiência pelo facto de serem excluídos da participação na sociedade em resultado de barreiras físicas, organizacionais e comportamentais. Estes obstáculos impedem-nos de aceder equitativamente à informação, à educação, ao emprego, aos transportes públicos, à habitação e às oportunidades sociais/recreativas.

O modelo social é mais inclusivo na sua abordagem. Reflete-se de forma pró-ativa sobre a forma como as pessoas com deficiência podem participar em atividades em pé de igualdade com as pessoas sem deficiência. São feitos alguns ajustamentos, mesmo quando isso implica tempo ou dinheiro, para garantir que as pessoas com deficiência não sejam

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

excluídas. O ónus recai sobre o organizador do evento ou atividade para garantir que a sua atividade é acessível.

Exemplos podem ser:

- um diretor de curso que se reúne com um membro do grupo com deficiência visual antes do início de um curso para descobrir como os materiais de estudo podem ser adaptados para que o estudante possa lê-los;
- um palestrante que disponibiliza apresentações em PowerPoint no Blackboard para todos os membros do grupo antes de uma palestra. Isto permite que os estudantes disléxicos procurem terminologia desconhecida antes da aula e dá-lhes uma ideia da estrutura que será seguida. Este "enquadramento" ajuda os estudantes a ler, compreender e reter a informação;
- um responsável pelas relações com os estudantes que não desiste de enviar um estudante com deficiência para uma viagem de mobilidade Erasmus+ e discute antecipadamente todos os aspetos relacionados com a viagem e o alojamento.

Um princípio importante do modelo social é que o indivíduo é o especialista nas suas necessidades, numa situação particular, e que isso deve ser respeitado, independentemente de a deficiência ser óbvia ou não.

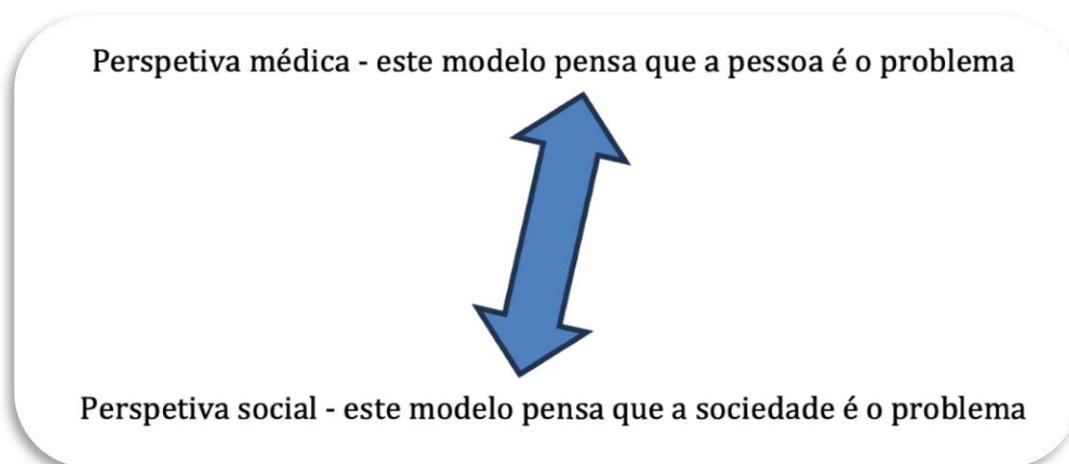


Figura 3. Comparação entre modelo médico e modelo social

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

1.3 Modelo biopsicossocial

Conceituado pela primeira vez por George Engel em 1977, sugere que, para entender a condição médica de uma pessoa, não são apenas os fatores biológicos que precisam ser considerados, mas também os fatores psicológicos e sociais. Este modelo considera a deficiência como a interação entre o estado de saúde de uma pessoa e o ambiente em que vive.

Defende que tanto o modelo médico como o modelo social são adequados, mas nenhum deles é suficiente, por si só, para explicar a natureza complexa da saúde de cada um.

Combina os seguintes fatores:

- Bio (patologia fisiológica)
- Psico (pensamentos, emoções e comportamentos como sofrimento psicológico, medo/evitação, crenças, métodos atuais de enfrentamento e atribuição)
- Fatores sociais (socioeconómicos, socioambientais e culturais, tais como questões laborais, circunstâncias familiares e benefícios/economia)

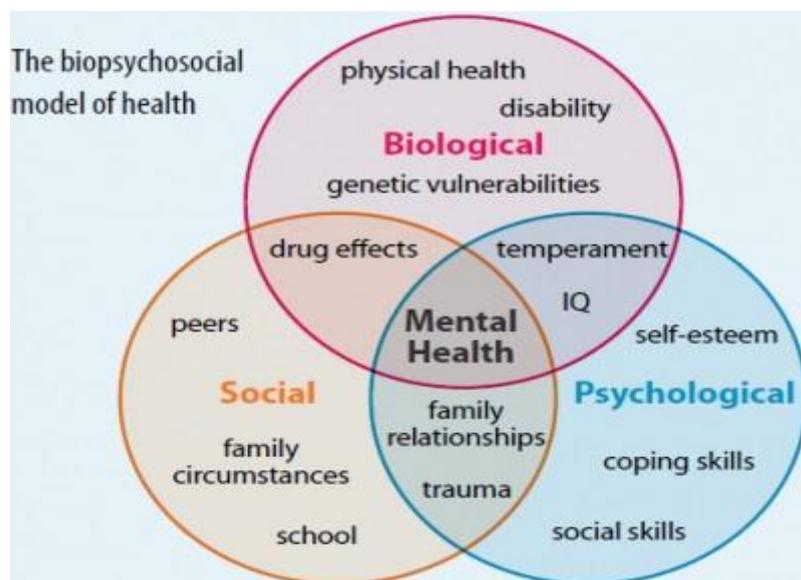


Figura 4. Modelo biopsicossocial³

³<https://stimpunks.org/glossary/biopsychosocial-model/>

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

1.4. A abordagem da tecnologia e do funcionamento baseada na CIF

A Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde (CIF)⁴ é uma classificação dos componentes de saúde, de funcionalidade e incapacidade. Após nove anos de esforços internacionais de revisão coordenados pela Organização Mundial de Saúde (OMS), a Assembleia Mundial de Saúde aprovou a Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde e a sua abreviatura "CIF" em 22/05/2001.

Esta classificação foi concebida em 1980 pela OMS e passou a chamar-se Classificação Internacional de Deficiências, Deficiências e Incapacidades (ICIDH). Foi criado para fornecer um quadro unificador para classificar os componentes de saúde do funcionamento e da deficiência.

A classificação da CIF complementa a Classificação Internacional de Doenças-10.^a Revisão (CID) da OMS,⁵ que contém informações sobre diagnóstico e condições de saúde, mas não sobre o estado funcional. A CID e a CIF constituem as principais classificações da Família de Classificações Internacionais da OMS (WHO-FIC).

A CIF está estruturada em torno dos seguintes componentes gerais:

- Funções e estrutura do corpo
- Atividades (relacionadas com tarefas e ações de um indivíduo) e participação (envolvimento numa situação de vida)
- Informações adicionais sobre gravidade e fatores ambientais

⁴ <https://www.who.int/standards/classifications/international-classification-of-functioning-disability-and-health>

⁵ <https://icd.who.int/dev11/l-icf/en>

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

O funcionamento e a incapacidade são vistos como uma interação complexa entre a condição de saúde do indivíduo e os fatores contextuais do ambiente, bem como fatores pessoais.

A classificação trata essas dimensões como interativas e dinâmicas, em vez de lineares ou estáticas. Permite uma avaliação do grau de incapacidade, embora não seja um instrumento de medição. É aplicável a todas as pessoas, independentemente do seu estado de saúde. A linguagem da CIF é neutra quanto à etiologia (estudo da causalidade ou origem), colocando a ênfase na função e não na condição ou doença. Também é cuidadosamente projetada para ser relevante em todas as culturas, bem como grupos etários e gêneros, tornando-a altamente apropriada para populações heterogêneas.

Vamos olhar para os vários fatores da CIF e discutir os seus significados:

- As funções corporais são funções fisiológicas dos sistemas corporais (incluindo funções psicológicas).
- As estruturas corporais são partes anatómicas do corpo, como órgãos, membros e os seus componentes.
- As limitações de atividade são dificuldades que um indivíduo pode ter na execução de atividades.
- Restrições de participação são problemas que um indivíduo pode experimentar no envolvimento em situações de vida.
- Os factores ambientais compõem o ambiente físico, social e atitudinal em que as pessoas vivem e conduzem suas vidas.
- Os fatores pessoais relacionam-se com as atitudes, crenças, cultura, género e origem social do indivíduo.
- Condição de saúde descreve doenças, distúrbios e lesões

O mapa mental abaixo mostra exemplos para cada uma dessas categorias:

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

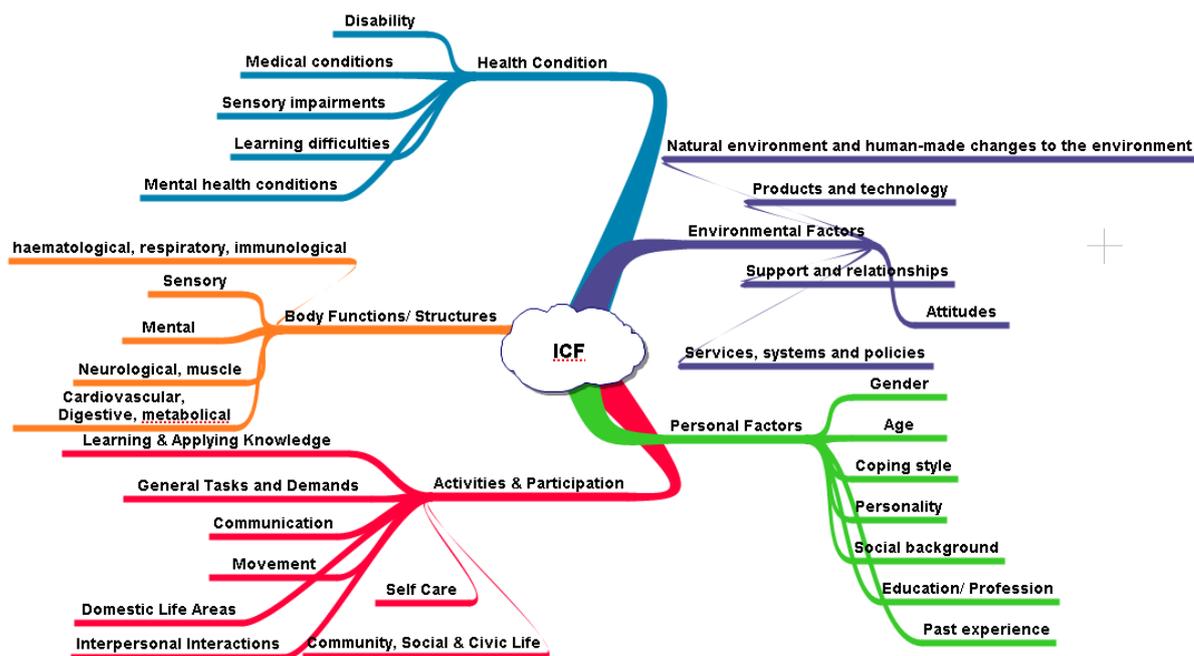


Figura 4a. Exemplos para cada uma das categorias de CIF

Para aceder à CFI, recomenda-se a utilização do navegado online:

<https://icd.who.int/dev11/l-icf/en>



Figura 4b. Plataforma ICF

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

2. Tipos de deficiência



Na secção seguinte, gostaríamos de aumentar a consciencialização e conhecimento relativamente aos principais grupos de deficiência e às limitações e barreiras que podem causar a uma pessoa/jovem com deficiência. O objetivo é elevar a sua criatividade e reflexão sobre possíveis soluções, sem tomá-las como uma receita pronta e comum.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

2.1 Dificuldades de mobilidade

A deficiência de mobilidade pode ser causada por uma série de condições que podem ser temporárias ou permanentes. Os seus efeitos podem permanecer os mesmos ou piorar progressivamente ao longo do tempo. A condição pode afetar todo o corpo ou apenas algumas partes.

As pessoas com mobilidade reduzida podem ter as seguintes dificuldades:

- Dificuldades de coordenação e de movimento;
- Dificuldades de resistência;
- Podem considerar difíceis e/ou cansativas tarefas rotineiras como conduzir, tarefas domésticas, cozinhar e limpar;
- Fadiga;
- Dificuldade de acesso a instalações que para outras pessoas não trazem qualquer dificuldade, tais como casas de banho, cafés e restaurantes, edifícios universitários, centros desportivos, etc.;
- Se as mãos ou braços forem afetados, pode:
 - Ter dificuldade na escrita, mais especificamente na caligrafia;
 - Não conseguir escrever com caneta/lápis;
 - Ter uma velocidade de escrita lenta;
 - Ter dificuldade em virar páginas;
 - Ter dificuldade em utilizar um teclado ou um rato padrão;
 - Ter dificuldade em utilizar equipamentos encontrados em salas de conferência;
 - Ter dificuldade em arquivar ou armazenar documentos.
- Se tiver movimentos involuntários da cabeça, isso pode afetar a capacidade de ler impressões de tamanho padrão.

Barreiras:

- Passagens e escadas inacessíveis ou pouco acessíveis;
- Elevadores, entradas e corredores demasiado estreitos;

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

- Portas muito pesadas;
- Portas rolantes;
- Pavimentos escorregadios ou cobertos com tapete espesso;
- Falta ou dificuldade de acesso a objetos ou botões colocados em nível inadequado;
- Espaço insuficiente para a deslocação de pessoas em cadeira de rodas ou que utilizem outros auxiliares de mobilidade;
- Falta de equipamento que facilite a independência da pessoa na casa de banho (por exemplo, calhas, puxadores);
- Acesso limitado à assistência adequada que permitiria superar as barreiras existentes.

2.2. Deficiências visuais

Todo mundo que tem uma deficiência visual é diferente. Algumas pessoas podem ter nascido sem visão, enquanto outras podem ter perdido a visão gradualmente. Algumas podem contar com um cão-guia ou usar uma bengala branca para ajudá-los na locomoção. Outros podem ter visão suficiente para se locomover por conta própria.

O impacto desta deficiência depende do tipo de perda de visão, da sua gravidade, da socialização do indivíduo.

Podemos conhecer, por exemplo, pessoas cegas:

- Que se deslocam independentemente com bengala branca,
- Que se deslocam com um cão-guia,
- Que se deslocam com um guia ou assistente pessoal

ou pessoas com deficiências visuais:

- com alguma visão residual útil para viagens independentes,
- que podem pedir apoio (por exemplo, assistente pessoal).

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Para perceber melhor os diferentes tipos de deficiência visual, podem-se consultar as classificações da Organização Mundial de Saúde (<http://www.who.int/classifications/icf/en/>).

As pessoas cegas ou com deficiência visual podem ter algumas das seguintes dificuldades:

- É provável que sejam mais dependentes da sua audição para comunicar com outras pessoas. Eles podem não ser capazes de combinar o tom de voz com expressões faciais e gestos que tornam as conversas mais fáceis de seguir;
- É provável que estejam mais dependentes da sua audição para obterem informações, pelo que níveis elevados de ruído de fundo podem causar-lhes problemas;
- Podem ter deixado de recolher informações práticas quotidianas sobre o mundo à volta e, por conseguinte, podem ter de ser familiarizadas com novas situações e a novos ambientes de uma forma prática;
- Podem ter problemas para ver com baixos níveis de luz ou ter problemas para avaliar a velocidade e a distância;
- Em alguns casos, luzes brilhantes podem melhorar a visibilidade.

Também podem ter dificuldades em:

- Obter informações de apresentações;
- Ler textos escritos de brochuras, catálogos, livros, etc.;
- Compreender diagramas e gráficos normalmente não lidos a partir de software especializado para pessoas com deficiência;
- Utilizar as TIC, sem tecnologias de apoio como a lupa, o software JAWS, teclados grandes, etc.;
- Utilizar instalações hoteleiras;
- Viajar.

Barreiras (não acessíveis ou parcialmente acessíveis):

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

- Informação visual (marcação, direções, gestos, mímica, etc.);
- Materiais impressos (folhetos, brochuras informativas, mapas, menus, jornais, etc.);
- Informação relacionada com situações de emergência (sinalização de vias de evacuação, instruções impressas para casos de emergência);
- Dificuldade de orientação em novos locais sem orientações;
- Problemas com o uso independente de novos dispositivos (por exemplo, elevador sem marcação especial ou outro ajustamento/sinalização);
- Problemas com o reconhecimento de diferentes objetos da mesma forma;
- Dificuldades em encontrar objetos cuja localização foi alterada.

2.3 Deficiências auditivas

O termo "deficiência auditiva" descreve uma perda de audição que pode variar de perda ligeira (dificuldade de audição) a surdez completa. As deficiências auditivas podem ser causadas por uma série de razões. Algumas pessoas nascem surdas e outras podem ter ficado surdas devido a ferimentos, doenças ou à exposição a sons/ruído demasiado elevado. Nem todas as pessoas com deficiência auditiva podem usar aparelhos auditivos ou ler nos lábios. O aparelho auditivo é apenas o dispositivo e tem muitas limitações. O principal problema não é a audição, mas a compreensão do discurso.

Os distúrbios auditivos limitam o fluxo de informações para o cérebro e, portanto, influenciam o processo de compreensão da fala, especialmente em contexto de ruído ou à distância.

Barreiras:

- Falta de acesso ou acesso muito limitado à informação verbal (anúncios verbais, informação verbal, sinais sonoros);
- Dependência do uso de informação visual (marcação importante clara e simples);

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

- Uso muito limitado da audição residual na comunicação em condições desfavoráveis (em ambiente de ruído, em lugares lotados ou locais com música elevada);
- Muitas vezes problemas com a compreensão de vocabulário mais complexo ou conceitos abstratos.

2.3.1 Surdocegueira

A surdocegueira é a condição em que um indivíduo tem pouca ou nenhuma visão útil e pouca ou nenhuma audição útil.

As pessoas surdas-cegas comunicam de muitas maneiras diferentes. Alguém que cresceu surdo e experimentou perda de visão, mais tarde na vida é suscetível de usar uma língua gestual (numa forma visualmente modificada ou tátil). Outros que cresceram cegos e mais tarde se tornaram surdos são mais propensos a usar um modo tátil de sua linguagem falada/escrita. Muitas vezes, também usam dispositivos de comunicação especiais.

Estas pessoas enfrentam as mesmas barreiras enfrentadas pelas pessoas com deficiência visual combinadas com as enfrentadas pelas pessoas com deficiência auditiva. As pessoas surdocegas podem estar dependentes dos chamados guias-intérpretes que as auxiliam na mobilidade e comunicação com os outros. Os serviços de guias-intérpretes são considerados como um tipo de apoio social que pode variar de país para país.

2.4. Perturbações da fala

Existem várias causas de dificuldades na fala. Os jovens podem ter problemas em expressar os seus pensamentos através da fala devido a disfasia (uma diminuição parcial ou completa da capacidade de comunicação resultante de lesão cerebral), podem ter sofrido uma lesão ou acidente vascular cerebral ou ter uma condição médica, como por

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

exemplo paralisia cerebral, que leva a uma dificuldade no controlo sobre os músculos faciais, etc.

Além disso, podem ser encontradas as seguintes dificuldades:

- Se a pessoa nasceu com uma surdez profunda, terá dificuldade em comunicar através da fala, uma vez que esta habilidade é aprendida principalmente pela audição da fala na primeira infância;
- A gaguez pode dificultar a comunicação com outras pessoas. Às vezes, ficam mais constrangidos numa conversa. Se a pessoa tem uma gaguez, existem algumas situações que a pioram, por exemplo, falar na frente de um grupo ou falar ao telefone.
- Se a pessoa tem apraxia verbal, pode ter dificuldade em juntar sons e sílabas na ordem correta para formar palavras. Acham mais difícil dizer palavras longas ou mais complicadas do que palavras curtas ou simples. Também tendem a cometer erros inconsistentes ao falar. Por exemplo, pode pronunciar uma palavra difícil corretamente, mas depois tem dificuldade em repeti-la; ou pode ser capaz de dizer um determinado som num dia e ter problemas com o mesmo som no dia seguinte. A pessoa pode ter que "tatear" para o som ou palavra certa e pode precisar tentar dizer uma palavra várias vezes antes que possa dizê-la corretamente;
- Se a pessoa tem um distúrbio de articulação, isso pode afetar a forma como os outros entendem o que estão a dizer. A título de exemplo pode referir-se a omissão de sons - dizendo "fifico" em vez de "frigorífico", ou a substituição de sons - dizendo "tapato" em vez de "sapato, entre outras situações;
- Se a pessoa tiver "língua presa", ela pode substituir as letras "s" e "z" e "c", por exemplo, "sucesso" para "zucezo". Outras substituições incluem dizer d' em vez de 'r ('dato' em vez de 'rato').

Barreiras:

- Dificuldades na articulação de palavras ou frases complexas e longas;
- Dificuldades de comunicação em situações que exijam reações rápidas;

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

- Por vezes, até mesmo relutância a qualquer comunicação verbal;

2.5. Dificuldade intelectual e desenvolvimental (DID)

De acordo com a Associação Americana para as dificuldades intelectuais e desenvolvimentais (2023), a dificuldade intelectual e desenvolvimental (DID) é uma condição caracterizada por limitações significativas no funcionamento intelectual e no comportamento adaptativo que se origina antes dos 22 anos de idade. A DID tem implicações ao nível da aprendizagem e da compreensão, na comunicação, podendo ter associados problemas sensoriais ou físicos. Podem necessitar de diferentes níveis de apoio.

Neste grupo existem pessoas com:

- Capacidades intelectuais significativamente abaixo da média;
- Problemas ao nível da perceção, concentração, memória e reflexão;
- Problemas ao nível das habilidades sociais e regras sociais.

Essas pessoas podem ter alguma dificuldade em algumas das seguintes atividades:

- Compreender o discurso oral ou quando têm de cooperar com outras pessoas;
- Ler e compreender a leitura ou através da observação. Isto pode incluir:
 - a visualização de um filme;
 - apresentações em PowerPoint;
 - visualização de um vídeo;
 - compreensão de gráficos e tabelas;
 - utilização de e-mail;
 - utilização de tecnologias de apoio.
- Poderão necessitar de mais tempo para compreender informações, orientações ou instruções, pois:
 - podem considerar algumas informações muito difíceis de entender;
 - podem ter uma memória fraca e dificuldade em lembrar-se das coisas;

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

- podem ter alguma dificuldade em falar ou escrever;
- podem ter algum problema com números, cálculos e compreensão de mapas.
- Podem precisar de ajuda para planear e gerir o seu tempo.

Barreiras:

- Problemas na compreensão de informações e declarações complexas
- Dificuldade na compreensão de conceitos abstratos
- Problemas na plena compreensão do valor das transações financeiras
- Problemas na compreensão de textos complexos.
- Por vezes, comportamentos não normalizados, difíceis de compreender e interpretar por outros (por exemplo, repetição persistente de frases)
- Problemas com o uso de dispositivos mais complexos ou menos comuns
- Dificuldades para lembrar o caminho para vários lugares (para a sala de aula, sala de conferências, o local de uma reunião, etc.), sendo necessário lembrá-lo várias vezes.

2.6. Problemas de saúde mental

Os problemas de saúde mental podem abranger uma vasta gama de perturbações, mas a característica comum é que todos afetam a personalidade, os processos de pensamento, as emoções ou as interações sociais da pessoa que os apresenta. Podem ser difíceis de diagnosticar claramente, ao contrário das doenças físicas.

Não existe uma causa única para as perturbações mentais; em vez disso, podem ser causadas por um conjunto de fatores biológicos, psicológicos e ambientais.

Pessoas que têm um histórico familiar de problemas mentais podem ser mais propensas a desenvolver um em algum momento da sua vida. Alterações ao nível do cérebro decorrentes do abuso de substâncias ou alterações na dieta também podem causar este

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

tipo de problemas. Fatores psicológicos e ambientais, a educação e a exposição social, podem formar as bases para padrões de pensamento nocivos associados problemas mentais. Apenas um profissional de saúde mental certificado pode fornecer um diagnóstico preciso das causas de um determinado problema.

Alguns fatores podem aumentar o risco de desenvolver problemas de saúde mental, incluindo⁶:

- Ter um parente consanguíneo, como um pai ou irmão, com uma doença mental;
- Situações de vida estressantes, como problemas financeiros, morte de um ente querido ou divórcio;
- Uma condição médica contínua (crónica), como diabetes;
- Danos cerebrais como resultado de uma lesão grave (traumatismo cranioencefálico), como um golpe violento na cabeça;
- Experiências traumáticas, como combate militar ou agressão;
- Uso de álcool ou drogas;
- Ser abusado ou negligenciado quando criança;
- Ter poucos amigos ou poucas relações saudáveis;
- Uma doença mental prévia.

Os problemas mentais ocorrem numa variedade de formas, e os sintomas podem sobrepor-se, tornando-os difíceis de diagnosticar. No entanto, existem alguns problemas mais comuns que afetam pessoas de todas as idades.

2.6.1. Perturbação da ansiedade

A perturbação de ansiedade⁷ é definido por ataques intermitentes e repetidos de medo intenso de algo ruim acontecer ou uma sensação de desgraça iminente. Quando uma

⁶[Fatores de risco para problemas de saúde mental](#)

⁷[Transtorno de Ansiedade](#)

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

uma pessoa tem uma perturbação de ansiedade, ela pode sentir-se com medo ou insegura a maior parte do tempo. O medo e a ansiedade que ocorrem devido a uma perturbação de ansiedade são marcadamente diferentes dos breves episódios desses sentimentos que se verificam por vezes em determinadas circunstâncias do dia a dia, como por exemplo falar num evento público. Na maioria dos casos, se uma pessoa tem uma perturbação de ansiedade, os sintomas persistem há mais de seis meses.

Existem vários tipos diferentes de perturbações de ansiedade, incluindo, nomeadamente, a Perturbação de ansiedade generalizada, a Perturbação de pânico, a Perturbação de ansiedade social, Fobias, entre outras. Podem ter efeitos a curto prazo, tais como a incapacidade de concluir tarefas diárias.

2.6.2 Perturbação do Espectro do Autismo (TEA)

A perturbação do Espectro do Autismo (TEA) é uma perturbação do neurodesenvolvimento que afeta a comunicação, a interação social e o comportamento. As pessoas com autismo podem ter dificuldades em comunicar verbal e não verbalmente, mostrar dificuldades em reconhecer e expressar emoções, apresentar padrões repetitivos de comportamento e interesses restritos. A gravidade do autismo varia muito, e diz-se que está num espectro devido à diversidade de sintomas e níveis de funcionamento que as pessoas com esta condição podem experimentar.

Dentro deste conjunto de distúrbios encontramos variabilidade na qualidade e quantidade dos sintomas, de modo que o apoio nos campos social e educacional responde a esses múltiplos comportamentos que ocorrem.

As pessoas com autismo podem enfrentar uma série de desafios em vários aspetos da vida devido às características desta perturbação. Estes problemas podem variar de intensidade e apresentar-se de forma diferente em cada indivíduo. Alguns dos problemas comuns que as pessoas com PEA enfrentam incluem:

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

- Dificuldades de comunicação: Muitas pessoas com autismo podem ter dificuldades em comunicar verbalmente e não verbalmente. Podem ter dificuldade em compreender a linguagem, usar a linguagem funcionalmente, interpretar o tom de voz e compreender as intenções sociais na conversação.
 - Interação social limitada: As pessoas com autismo podem ter dificuldade em estabelecer e manter relações sociais significativas. Podem ter dificuldade em compreender as pistas e regras sociais, o que pode levar a situações de isolamento e solidão.
 - Comportamentos repetitivos e estereotipados: A PEA é caracterizada por padrões de comportamento repetitivos e atividades estereotipadas. Isso pode incluir movimentos corporais repetitivos (por exemplo, balançar ou acenar com as mãos), interesses intensos em certos tópicos e rotinas rígidas.
 - Sensibilidade sensorial: Pessoas com autismo podem ser hipersensíveis ou hipossensíveis a certos estímulos sensoriais, como ruídos, luzes, texturas ou sabores. Isso pode afetar a sua capacidade para participar em determinadas atividades ou ambientes.
 - Dificuldades na autorregulação emocional: Algumas pessoas com PEA podem ter dificuldade em gerir as suas emoções e podem experimentar rápidas alterações de humor ou reações emocionais intensas a determinadas situações.
 - Necessidades Educativas Especiais: Os estudantes com PEA necessitam frequentemente de adaptações e apoios educativos específicos para serem bem-sucedidos no ambiente escolar. Isso pode incluir educação especializada, intervenção precoce e estratégias de ensino individualizadas.
 - Desafios no dia a dia: Tarefas diárias como higiene pessoal, organização, planejamento e resolução de problemas podem ser mais difíceis para algumas pessoas com PEA.
- Se estamos perante uma pessoa com PEA, com dificuldades de comunicação, interação, comportamento, como podemos intervir?
- Incentivar a comunicação: Use uma linguagem clara e direta. Se a pessoa tiver dificuldade em comunicar verbalmente, considere o uso de sistemas de comunicação alternativos, como imagens, pictogramas ou dispositivos de comunicação. É importante ser paciente e dar-lhe tempo para responder.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

- Estabeleça uma rotina: Pessoas com PEA tendem a sentir-se mais seguras e confortáveis com rotinas previsíveis. Tente manter a rotina nas suas atividades diárias e antecipar as mudanças o máximo possível.
- Fornecer suporte visual: O uso de imagens visuais, calendários, horários e listas de tarefas pode ajudar a pessoa com PEA a entender melhor o que se espera dela e reduzir a ansiedade.
- Promova a interação social: Ofereça oportunidades de interação social, mas certifique-se de que elas sejam apropriadas e confortáveis para a pessoa. Incentive o jogo cooperativo e as atividades em grupo com apoios adequados.
- Considere a sensibilidade sensorial: leve em consideração as possíveis sensibilidades sensoriais da pessoa com PEA e evite ambientes ou estímulos que possam ser desconfortáveis ou avassaladores para ela.

- Reforce interesses e capacidades: Tire partido dos interesses particulares da pessoa e utilize-os como ferramenta para promover a aprendizagem e a motivação.
- Ofereça apoio emocional: Certifique-se de que está a compreender e forneça apoio emocional à pessoa com PEA, reconhecendo os seus sentimentos e emoções.

Que atitude devemos evitar ao interagir com uma pessoa com PEA?

- Não force o contato visual: Algumas pessoas com PEA podem sentir-se desconfortáveis ou sobrecarregadas com o contato visual direto. O melhor é respeitar o seu espaço pessoal e permitir que façam a quantidade de contacto visual que lhes é confortável.
- Evite tocar sem permissão:

2.6.3. Perturbação bipolar

A Perturbação Bipolar⁸provoca um ciclo periódico de estados emocionais entre as fases maníaca e depressiva. As fases maníacas contêm períodos de atividade extrema e

⁸[Perturbação Bipolar](#)

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

emoções exacerbadas, enquanto as fases depressivas são caracterizadas por letargia e tristeza. Os ciclos não tendem a ocorrer instantaneamente.

A perturbação bipolar é uma condição médica que envolve rápidas mudanças de humor entre períodos de bom humor e os de irritabilidade e depressão. A condição é experimentada igualmente por homens e mulheres e geralmente manifesta-se pela primeira vez quando o indivíduo tem entre 15 e 25 anos. Até agora, a causa da perturbação bipolar não é conhecida, mas aqueles que sofrem da condição são suscetíveis de ter membros da família que também a apresentam.

Existem três tipos de transtorno bipolar:

- Transtorno bipolar tipo I também conhecido como maníaco-depressão;
- Transtorno bipolar tipo II dentro do qual a pessoa tem períodos de hipomania;
- A ciclotimia é o tipo mais leve. A pessoa experimenta mudanças de humor menos extremas, indo de hipomania leve à depressão.

2.6.4. Depressão

A depressão⁹ abrange uma ampla gama de condições, tipicamente definidas por um mau humor persistente e falta de interesse em prosseguir a vida diária, bem como crises de letargia e fadiga. A distímia é uma forma mais ligeira, mas mais duradoura de depressão.

É provável que a depressão atinja muitas pessoas em algum grau ao longo da vida. De acordo com o Centro de Controlo e Prevenção de Doenças da UE, 9,1% das pessoas têm uma depressão na atualidade. Se uma pessoa está deprimida, isso pode causar uma queda acentuada no interesse pelas atividades diárias e pode, infelizmente, levar uma pessoa a tentar suicídio se não for tratada.

⁹[Depressão](#)

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

A depressão não é um transtorno único, mas sim uma classe de condições de diferente gravidade e duração.

O moderador de apoio a pessoas com deficiência, deve estar ciente do facto de que as pessoas com deficiência são propensas a sofrer de depressão tanto quanto outras pessoas. Se notar sinais de depressão nos jovens: parece ser letárgico, socialmente retraído, ou tem a saúde física em declínio a depressão pode estar presente. Existem vários sintomas físicos e emocionais que devem ser procurados para determinar se uma pessoa tem depressão clínica, mas deve sempre contactar um profissional e procurar um diagnóstico oficial antes de tomar uma decisão.

2.6.5. Esquizofrenia

A esquizofrenia¹⁰ não é, como comumente se pensa, apenas sobre ouvir vozes ou ter múltiplas personalidades. Em vez disso, define-se pela falta de capacidade de distinguir a realidade. A esquizofrenia pode causar paranoia e crença em conspirações elaboradas.

Existem três tipos de esquizofrenia, que são divididos pelos tipos de sintomas: positivo, negativo e desorganizado:

- *Sintomas positivos/psicóticos* - Pessoas com **esquizofrenia que se apresentam com sintomas positivos podem ter delírios ou pensamentos incomuns, ou sentir-se extremamente suspeitas.**
- Eles podem estar fora da realidade e pensar que outras pessoas estão conspirando contra eles. Podem sofrer de alucinações auditivas ou visuais. Normalmente, estas alucinações são negativas ou assustadoras.

As pessoas que vivem com esquizofrenia podem ter uma visão distorcida das coisas ao seu redor. As coisas que eles veem ou cheiram podem não representar a vida real, e isso pode tornar os objetos normais assustadores ou incomuns. Pessoas com esquizofrenia também podem ser mais sensíveis à luz, cor e outras distrações.

¹⁰[Esquizofrenia](#)

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

- *Sintomas negativos* - estes **podem incluir** a falta de emoções e energia. As pessoas podem ter dificuldade em experimentar ou expressar as suas emoções, ter empatia com os outros ou relacionar-se com as pessoas. Isso pode levar ao isolamento. Pessoas com sintomas negativos também podem ter problemas para se concentrar e terminar projetos. Eles poderiam ter que ser lembrados de fazer coisas simples, como tomar banho. Alguns sintomas são semelhantes aos da depressão. As pessoas com esquizofrenia podem achar o mundo desinteressante, sentindo que não adianta sair e fazer as coisas. Eles também podem dizer pouco ou nada, a menos que sejam chamados a falar.
- *Sintomas desorganizados* - Os sintomas da esquizofrenia também podem ser desorganizados. Estes sintomas são semelhantes aos da PHDA grave ou do autismo. Pensamento e fala confusos são comuns, de modo que os pacientes são incapazes de manter conversas ou resolver problemas. Eles podem repetir gestos rítmicos ou parar completamente de se mover por longos períodos de tempo.

2.7 Problemas na aprendizagem

2.7.1. Perturbação de Déficit de Atenção e Hiperatividade (PHDA)

A Perturbação de Hiperatividade com Déficit de Atenção (PHDA) ¹¹é caracterizada por três sintomas definidores: atividade motora excessiva ou hiperatividade, impulsividade e déficit de atenção. Embora este transtorno seja mais comumente diagnosticado em crianças, ele pode ocorrer também em adultos e pode existir ao mesmo tempo que as dificuldades de aprendizagem, já que muitas investigações revelam que os estudantes que têm PHDA geralmente enfrentam desafios na percepção e processamento de informações.

¹¹[PHDA](#)

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

As pessoas com PHDA que têm **dificuldade em prestar atenção e concentrar-se** podem ter as seguintes dificuldades:

- "Sonhar acordado" sem se aperceber, mesmo no meio de uma conversa;
- Ser muito facilmente distraído – o defice de atenção torna difícil manter-se na atividade em que está envolvido;
- Manter o foco, por exemplo, ao ler ou ouvir os outros falar;
- Terminar frases de outras pessoas e/ou interromper;
- Terminar tarefas, mesmo aquelas que parecem simples;
- Ter tendência para ignorar detalhes que levam a erros no trabalho da sala de aula ou nos trabalhos de casa;
- Ter uma fraca capacidade de escuta que torna difícil lembrar conversas e/ou seguir instruções.

Se uma pessoa é **diagnosticada e esquecida**, pode ter as seguintes dificuldades:

- Fracas competências organizacionais (o seu quarto e/ou secretária podem estar desordenados e desarrumados/desorganizados);
- Tendência para procrastinar, para perder tempo (afetando o desenvolvimento do trabalho do curso e a preparação da revisão para o estudo dos exames).
- Problemas no arranque e/ou finalização de projetos;
- Estar sempre atrasado;
- Esquecimento de prazos e compromissos regularmente;
- Perda ou extravio de coisas (chaves, telefone, pastas);
- Subestimar o tempo que levará para concluir as tarefas.

2.7.2. Dislexia

A dislexia é uma dificuldade de aprendizagem específica na leitura que tem na base problemas na identificação dos sons da fala e na aprendizagem de como eles se

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

relacionam com letras e palavras . A dislexia é resultado de diferenças individuais em áreas do cérebro responsáveis pela leitura.

A dislexia não se deve a problemas de inteligência, audição ou visão. A maioria das crianças com dislexia pode ter sucesso na escola com o apoio e a intervenção adequados. O apoio emocional também desempenha um papel importante.

Embora a dislexia não tenha cura, a avaliação e a intervenção precoces são primordiais para que as crianças com dislexia possam aprender a lidar com as suas dificuldades na leitura e as consigam minorar. Por vezes, o diagnóstico de dislexia é tardio, chegando a acontecer numa fase avançada da escolaridade. Embora nesta fase os efeitos da intervenção já não venham a ser tão evidentes, não é de abdicar da mesma e nunca é tarde para procurar ajuda.

Os sinais de dislexia podem ser difíceis de reconhecer antes de uma criança entrar na escola, mas alguns fatores de risco podem fazer suspeitar de que ela pode vir a manifestar-se. Quando uma criança entra na escola, o professor pode ser o primeiro a suspeitar do problema, quando a criança está exposta à necessidade de ler. A gravidade varia.

Os sinais de dislexia **em adolescentes e adultos** são muito parecidos com os das crianças. Alguns desses sinais comuns de dislexia em adolescentes e adultos incluem:

- Dificuldade em aprender a ler, incluindo leitura em voz alta
- Leitura e escrita lentas
- Problemas ortográficos
- Pouca motivação para atividades que envolvam leitura
- Pronúncia de nomes ou palavras incorretamente ou problemas na recuperação de palavras
- Demasiado tempo para concluir tarefas que envolvem leitura ou escrita

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

- Dificuldade em resumir uma história
- Dificuldade em aprender uma língua estrangeira
- Dificuldade em resolver problemas matemáticos

A dislexia pode levar a vários problemas, incluindo:

- **Problemas de aprendizagem.** Como a leitura é uma habilidade básica para a maioria das outras disciplinas escolares, uma criança com dislexia está em desvantagem na maioria das aulas e pode ter dificuldade em acompanhar os colegas.
- **Problemas sociais.** Se não for tratada, a dislexia pode levar a baixa autoestima, problemas de comportamento, ansiedade, agressividade e afastamento de amigos, pais e professores.
- **Problemas na idade adulta.** A incapacidade de ler e compreender pode impedir que as crianças atinjam o seu potencial à medida que crescem. Esta situação pode ter impactos educativos, sociais e económicos negativos a longo prazo.

Intervenção educativa

A dislexia é trabalhada usando abordagens e técnicas educacionais específicas, e quanto mais cedo a intervenção começar, melhor. As avaliações das competências de leitura e de outras competências académicas ajudarão os seus professores a desenvolver um plano de intervenção individual.

Os professores podem utilizar técnicas que envolvam a audição, a visão e o tato para melhorar as competências de leitura. Ajudar uma pessoa a usar vários sentidos para aprender — por exemplo, ouvir uma aula gravada e rastrear com um dedo a forma das letras usadas e as palavras faladas — pode ajudar no processamento da informação.

Estratégias de mitigação

A pessoa com dislexia pode ser ensinada a:

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

- Aprender a reconhecer e usar os sons que compõem as palavras (fonemas)
- Entender que letras representam esses sons e palavras
- Compreender o que é lido (compreensão)
- Ler em voz alta para aumentar a precisão, velocidade e expressão de leitura (fluência)
- Construir um vocabulário de palavras reconhecidas e compreendidas

2.7.3. Discalculia

A discalculia é uma dificuldade de aprendizagem específica que afeta a capacidade de uma pessoa de fazer cálculos matemáticos. A discalculia afeta áreas cerebrais que lidam com habilidades e compreensão relacionadas com a matemática e os números. Os sinais desta condição geralmente aparecem na infância, mas os adultos podem ter discalculia sem saber. A discalculia é incomum, mas generalizada. Especialistas estimam que afete entre 3% e 7% das pessoas em todo o mundo.¹²

Os sinais em adolescentes e adultos muitas vezes relacionam-se com os seguintes problemas:

- Contagem regressiva;
- Resolução de problemas;
- Divisão dos problemas em várias etapas para os resolver;
- Medição;
- Medição de quantidades (por exemplo para preparar receitas culinárias);
- Usar dinheiro (moedas e notas) para pagamentos, trocar notas por moedas (e vice-versa) e fazer trocos.
- Compreensão e conversão de frações

¹² <https://my.clevelandclinic.org/health/diseases/23949-dyscalculia>

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Além dos sinais que se relacionam diretamente com a capacidade de alguém fazer cálculos matemáticos, as pessoas com discalculia podem apresentar sintomas emocionais quando confrontadas com situações em que a matemática é necessária. Esses sintomas emocionais geralmente incluem:

- Ansiedade ou mesmo pânico
- Agitação, raiva ou agressividade
- Medo (incluindo medo ou mesmo fobia de estudar)
- Sintomas físicos como náuseas e vômitos, suores, dores de estômago, etc.

2.7.4. Dispraxia (perturbação da coordenação do movimento) na juventude

A dispraxia, também conhecida como perturbação de coordenação do movimento (PCM), é um problema comum que afeta o movimento e a coordenação.

A dispraxia não afeta a inteligência das pessoas. Pode afetar habilidades de coordenação, como tarefas que exigem equilíbrio, praticar desporto ou aprender a conduzir um carro. A dispraxia também pode afetar as habilidades motoras finas, como escrever ou usar pequenos objetos.

Os sintomas da dispraxia podem variar entre indivíduos e podem mudar ao longo do tempo. Na maioria dos casos, os jovens podem achar as tarefas rotineiras difíceis.

A dispraxia pode afetar:

- A coordenação, equilíbrio e movimento;
- A forma como os jovens aprendem novas habilidades, pensam e lembram informações no trabalho e em casa;
- As habilidades da vida diária, como vestir-se ou preparar refeições;
- A capacidade de escrever, desenhar e agarrar pequenos objetos;
- A forma de estar em situações sociais;
- A forma como a pessoa lida com as suas emoções;

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

- As competências de gestão do tempo, planeamento e organização pessoal

A dispraxia não deve ser confundida com outras perturbações que afetam o movimento, como por exemplo a paralisia cerebral e o acidente vascular cerebral. Pode afetar pessoas com diferentes capacidades intelectuais.

Por vezes, se uma pessoa tem uma dispraxia, ela também pode ter outras condições, tais como:

- Perturbação de hiperatividade com déficit de atenção (PHDA)
- Dislexia
- Perturbação do espectro do autismo
- Dificuldades de aprendizagem específicas no cálculo e compreensão matemática(discalculia)
- Depressão e/ou ansiedade

Não há cura para a dispraxia, mas existem terapias que podem ajudar na vida diária, tais como:

- terapia ocupacional – para ajudar a pessoa a encontrar maneiras práticas de permanecer independente e gerenciar tarefas diárias, como escrever ou preparar alimentos.
- terapia cognitivo-comportamental (TCC) – uma terapia da fala que pode ajudar os jovens a gerir os seus problemas, mudando a forma como pensa e se comporta.

Também é importante que estes jovens:

- Se mantenham em forma – Podem fazer exercício físico regular, o que pode ajudar na coordenação, reduzir a sensação de fadiga e impedi-lo de ganhar peso.
- Saibam como usar um computador, se escrever à mão for difícil, usem um calendário, diário ou aplicação para melhorar a sua organização;

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

- Aprendam a falar positivamente sobre os seus desafios e a forma como os superam.

2.8. Condições médicas

O termo “condição médica” engloba uma ampla variedade de diagnósticos, incluindo, por exemplo, asma, epilepsia, diabetes, dor crónica e doença cardíaca. A maioria das pessoas tem experimentado problemas de saúde temporários de um tipo ou de outro, de tempos em tempos, mas algumas pessoas têm condições de longo prazo ou permanentes que estão presentes desde o nascimento ou que foram adquiridas durante a vida. Os efeitos destes dependem da idade da pessoa, das circunstâncias e da natureza das condições e/ou do tratamento.

2.8.1. Alergias e asma

Um número crescente de pessoas é afetado por algum tipo de alergia ou por asma. A maioria dos adultos com asma é capaz de estabelecer estratégias de controle da sua condição para que ela não afete a sua vida diária. Eles conhecem os potenciais “gatilhos” e, portanto, muitas vezes são capazes de prevenir ataques de asma. No entanto, continua a ser necessário que as escolas garantam a existência de procedimentos adequados para lidar com substâncias – denominadas “sensibilizantes” respiratórios – que podem causar asma ou outras alergias, sendo as mais relevantes os alérgenos animais, os produtos químicos e a borracha de látex.

2.8.2. Disosmia – alteração do olfato

Uma diminuição do olfato está geralmente associada ao envelhecimento; no entanto, também pode ocorrer em pessoas mais jovens e pode estar presente desde o nascimento.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Para além da necessidade de precauções adicionais de segurança no que diz respeito à deteção de fumo e gás, há também a necessidade de compensar o facto de, por exemplo, alguém não conseguir detetar alimentos que se deterioraram.

2.8.3 Epilepsia

A epilepsia é uma das condições neurológicas graves mais comuns no mundo. A epilepsia fotossensível é uma condição rara na qual as convulsões podem ser desencadeadas por luzes intermitentes ou cintilantes ou por certas formas e padrões geométricos. As pessoas com esta condição são mais propensas a reagir a luzes que piscam entre cinco e trinta vezes por segundo (5-30Hz).

Condições como dor crónica, epilepsia ou condições psiquiátricas podem afetar seriamente a rotina diária de uma pessoa. De muitas maneiras, podem ser os efeitos colaterais da própria condição que causam dificuldade. Por exemplo, um indivíduo pode ser propenso a fadiga ou stress ou uma determinada medicação concreta pode causar sonolência e/ou falta de concentração.

As pessoas nas IES também podem ser afetadas pelo ambiente, por exemplo, pessoas com epilepsia, diabetes ou asma. Para algumas pessoas, estas podem causar deficiências físicas ou sensoriais e para muitas outras, a resistência também pode ser afetada. Isso significa que planear um volume de trabalho distribuído uniformemente com a possibilidade de prazos atrasados/escalonados é importante. Esta consideração é particularmente significativa quando os jovens têm tempo livre e precisam de recuperar o atraso e lidar com as exigências de novas tarefas.

As pessoas com estas condições podem não se ver como tendo uma deficiência e podem não ter indicado no pedido que têm uma necessidade particular. Eles também podem ter enfrentado preconceito anteriormente por parte daqueles que os rodeiam e isso pode restringir a sua vontade de revelar a sua condição. Por conseguinte, é particularmente

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

importante que se dê a conhecer que algumas pessoas e outros membros do pessoal serão tolerantes com estudantes com deficiência ou problemas de saúde.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

3. Etiqueta para pessoas com deficiência



Como moderador de apoio para pessoas com deficiência, este tem que estar consciente de que cada pessoa é única. Mesmo que outra pessoa possa ter a mesma deficiência, isso não significa que ela tenha as mesmas dificuldades e o tipo de ajustamentos que se adequam a uma pessoa pode não ser de todo adequado a outra. É por isso que os docentes devem sempre discutir as suas ideias sobre ajustamentos com os jovens com deficiência.

Cada um tem formas diferentes de pensar e trabalhar. Lembre-se que algumas pessoas com deficiências físicas podem ter dificuldades em deslocar-se e utilizar uma cadeira de rodas ou muletas, mas isso não tem qualquer impacto na sua capacidade de ler ou de comunicar; enquanto outros podem não ter problemas em se locomover, mas podem ter dificuldades na leitura.

A comunicação interpessoal é a base da interação entre as pessoas, independentemente de terem deficiência ou não. Uma comunicação eficaz contribui para o sucesso da prestação de serviços e cria um fundo emocional positivo. A comunicação entre as pessoas deve basear-se sempre no respeito mútuo. Facilita a comunicação e evita conflitos.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

A fim de estabelecer bons contactos com os jovens com deficiência, é extremamente importante demonstrar uma atitude prestativa e compassiva para com os outros (incluindo as pessoas com deficiência).

Como cumprimentar uma pessoa com deficiência?

O que faria ao deparar-se com alguém com o braço direito paralisado ou ausente? A maioria das pessoas, mesmo aquelas com um braço ou mão protética, pode apertar as mãos. É apropriado usar a mão esquerda se a pessoa não puder responder com a mão direita. O jovem com deficiência geralmente dar-lhe-á uma dica, estendendo um braço ou mão da melhor forma possível. É melhor não apenas ir em frente e agarrar um braço, o que pode vir a ser uma experiência dolorosa para a pessoa. O cumprimento do "bom e velho amigo" nas costas ou no ombro nunca é um comportamento apropriado.

Já reparou que quando fala com alguém que não entende a língua que você fala, você tende a levantar a voz, pensando que, de alguma forma, gritar as palavras vai ajudar o seu cérebro a compreender?

Fazemos o mesmo quando nos dirigimos a pessoas com deficiência. Normalmente, não há necessidade de levantar a voz. No entanto, quando alguém tem um comprometimento cognitivo, pode ajudar a desacelerar e falar claramente. Utilize o seu primeiro nome apenas se todos os outros estiverem a ser referidos pelo seu primeiro nome. Melhor ainda, peça a sua preferência.¹³ Este é um erro comum entre os médicos que se referem aos seus pacientes informalmente, mas depois querem que o paciente os chame de "Doutor".

Trate a pessoa como um adulto. Não infantilize o indivíduo porque ele tem uma deficiência física ou mental. Não dê tapinhas na cabeça ou no ombro de pessoas em cadeiras de rodas em vez de uma saudação adequada. Sente-se e faça contato visual. Isso

¹³[Informação sobre a sensibilização para a deficiência](#)

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

é fundamental! Quando você está sentado no seu escritório e alguém entra, você não costuma levantar-se para cumprimentá-lo? Ao falar com alguém em cadeira de rodas ou deitado na cama, olhe ao redor, puxe uma cadeira, sente-se e fique na altura dos olhos.

Algumas pessoas querem ajuda, outras não. É aceitável perguntar se você pode segurar numa porta, pegar nas suas bengalas ou empurrar a sua cadeira de rodas. Mas não se sinta magoado se a sua oferta for recusada e a pessoa desejar ser independente.

Etiqueta Conversacional

Quando a saudação e as introduções são fatos, como você pode ter uma conversa com uma pessoa com deficiência?

- Fale sempre com a pessoa com deficiência diretamente e não através de outra pessoa. Este erro é cometido o tempo todo por diferentes profissionais. Mesmo que a pessoa tenha uma deficiência cognitiva, a sua presença deve ser reconhecida e respeitada.
- Ao conversar com uma pessoa com deficiência física, use a linguagem normal do dia a dia e relaxe. Podemos cair num hábito desagradável e humilhante de falar com os jovens com deficiência como se fossem uma criança. Tal não deverá acontecer. Você pode ter que fazer uma acomodação física, como sentar-se. Lembre-se, o indivíduo não é diferente de você.
- A maioria de nós é pobre ouvinte. Quando alguém tem problemas na fala, tome o seu tempo e ouça. Não tente sempre terminar a frase. Isso pode ser difícil quando você está com pressa, mas nunca deve fingir entender se não entender - é aceitável dizer isso. Se a pessoa tem uma deficiência visual, identifique-se e deixe-a saber onde você está e o que pretende fazer.

Use os seguintes termos para se dirigir a pessoas com deficiência:

- Pessoas com deficiência;

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

- Pessoas sem deficiência;
- Cegos;
- Amblíopes;
- Surdos ou com deficiência auditiva;
- Dificuldade intelectual e desenvolvimental;
- Problemas de saúde mental;
- Utilizadores de cadeiras de rodas;
- Dificuldades de aprendizagem específicas (DAE).

Não utilize os seguintes termos:

- pessoas com deficiência ou pessoa com autismo, ou pessoa com Dislexia. Não utilize termos como “o dislexico”, “o autista” que substituem a identidade do indivíduo, reduzindo-o apenas à sua problemática.
- uma vítima de... ou que sofram de...;
- espástica;
- deformado ou inválido;
- retardado ou mudo;
- aleijados, ou cadeirantes.

Por favor, lembre-se de manter os termos corretos no discurso diário, bem como quando estiver a preparar documentos oficiais, e-mails ou durante uma conversa oralmente, etc.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

4. Preconceito e estereótipos



4.1 Preconceito

Muitos dos pressupostos e julgamentos que são feitos sobre as pessoas com deficiência e as suas famílias são feitos à luz da abordagem do modelo médico. Embora isto não seja particularmente surpreendente em contextos culturais e sociais em que a compreensão médica da deficiência é dominante, envolve o reconhecimento de que esses pressupostos e julgamentos foram feitos "sem considerar os factos e argumentos relevantes" - isto é, com base em preconceitos.

O preconceito não ocorre isoladamente, mas faz parte da forma como a discriminação é expressa a nível pessoal. Os julgamentos preconceituosos são feitos a partir de uma posição em que algumas pessoas assumem que sabem praticamente o que é o caso porque "estas coisas são óbvias".

Alguns jovens com deficiência têm uma "montanha para escalar", uma vez que o preconceito de algumas pessoas continua a dificultar as suas hipóteses de encontrar um emprego. Até há pouco tempo, o pressuposto para as pessoas com deficiência era que

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

normalmente não trabalhariam. Por exemplo, a política comum da União Europeia é que a taxa de desemprego das pessoas com deficiência diminua constantemente. Por conseguinte, existem muitos recursos financeiros que são atribuídos para garantir o trabalho remunerado das pessoas com deficiência, mesmo no quadro do emprego subsidiado.

Por outro lado, os programas de benefícios para pessoas com deficiência permanecem em grande parte vinculados ao rendimento das mesmas – apenas pessoas abaixo de um determinado limite de rendimento recebem assistência (Blanck et al., 2009; Wehman et al., 1997).

Deficiência é quase sinónimo de desvantagem. Assim, as pessoas com deficiência têm de enfrentar vários desafios na vida, como a procura de emprego juntamente com pessoas sem deficiência que disputam os mesmos cargos.¹⁴

O preconceito contra as pessoas com deficiência é uma questão que tem de ser abordada para não prejudicarmos ainda mais aqueles que são desfavorecidos, à partida.

4.2. Estereótipos

Não importa o fato de vivermos no século XXI, o fenómeno dos estereótipos ainda existe. Mesmo nos países da UE, muitas pessoas têm preconceitos e estereótipos graves em relação às pessoas com deficiência e evitam contratá-las.

Se tentar encontrar um anúncio que proíba candidaturas de pessoas com deficiência, é muito provável que não encontre um. No entanto, isso não significa que a chamada "discriminação oculta" não exista. Infelizmente, há muitos casos em que as pessoas com

¹⁴[Preconceito contra a deficiência](#)

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

deficiência não têm acesso a um local de trabalho adequado porque nem sequer conseguem chegar à entrevista de emprego.

Os estereótipos mais comuns em relação aos jovens com deficiência:

- **Os estudantes com deficiência não são suficientemente eficientes no ensino superior em comparação com os seus pares sem deficiência** – A eficácia no trabalho é influenciada por fatores como os conhecimentos, as aptidões, as competências e a motivação pessoal. Estes estão presentes em pessoas com e sem deficiência.
- **Os jovens com deficiência precisam de um horário de trabalho flexível** – podem necessitar de um horário de trabalho ajustado de acordo com as suas necessidades e a sua deficiência.
- **Os estudantes com deficiência não executam as suas tarefas tão rapidamente como outros jovens sem deficiência** – A velocidade de trabalho é importante e a deficiência pode afetá-la. No entanto, existem tecnologias de assistência e outros tipos de assistência que podem compensar deficiências causadas por deficiência. *Por exemplo, um leitor de ecrã para trabalhadores com deficiência visual, teclado ajustado para pessoas com deficiências nos membros superiores, etc.*
- **O preço da adaptação do local de trabalho nas IES é elevado** – nem todas as tecnologias de apoio são dispendiosas. Pelo contrário, a concorrência nesta área também é forte e há uma tendência de diminuição do preço. Além disso, a legislação nacional dos países da UE e os programas nacionais preveem oportunidades de financiamento para algumas pessoas que pretendam adaptar o local de trabalho a um trabalhador com deficiência.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

- **O resto dos jovens sem deficiência estaria relutante em aceitar uma pessoa com deficiência na equipa** – um bom espírito de equipa depende do microambiente da empresa. Se os outros membros da equipa não aceitarem a diversidade, terão a mesma atitude para com colegas de outras nacionalidades, religiões, etc.
- **As pessoas sem deficiência têm medo dos jovens com deficiência** – No século XXI, não devemos subestimar a empatia das pessoas que pertencem à sociedade moderna, onde todos os seres humanos têm o direito de trabalhar e levar uma vida decente. Há muitas provas de que os jovens com deficiência são mais leais a uma instituição, porque a reconhecem como socialmente responsável.

4.3. Enfrentar o preconceito familiar em relação à capacidade de trabalho da pessoa com deficiência

Até agora, discutimos o facto de os jovens com deficiência serem frequentemente objeto de discriminação por causa da sua deficiência e de existirem muitos preconceitos e estereótipos que podem afetar gravemente o seu desenvolvimento profissional. Infelizmente, tais estereótipos e preconceitos não estão presentes apenas em algumas pessoas, mas também na mente de muitos membros da sociedade. A prática mostra que as capacidades das pessoas com deficiência para trabalhar são subestimadas mesmo no seio das suas famílias.

Muitas vezes, os pais e familiares também acreditam que o seu familiar com deficiência só deve contar com benefícios sociais porque a sua deficiência dificultaria a sua realização profissional.

Os membros mais experientes e maduros da família podem pensar que a igualdade de acesso ao mercado de trabalho aberto é apenas aconselhável e que o emprego protegido

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

é a única opção para qualquer carreira profissional. Assim, as famílias contribuem para tornar o seu familiar com deficiência mais vulnerável.

Nesses casos, o papel do moderador de apoio à deficiência é adicionalmente dificultado. O que o moderador de apoio à deficiência pode fazer é comunicar ativamente com a família e explicar de forma positiva que uma pessoa com deficiência tem o direito de tomar decisões independentes para o seu desenvolvimento profissional. Quando o familiar com deficiência se torna adulto é capaz de fazer escolhas apesar do preconceito da sociedade.

Como moderador de apoio à deficiência, pode argumentar que, em todo o mundo, as pessoas com deficiência podem ser empresários e trabalhadores independentes, agricultores e trabalhadores fabris, médicos e professores, assistentes de loja e motoristas de autocarro, artistas e técnicos de informática, etc. Quase todos os trabalhos podem ser desempenhados por alguém com deficiência e com o ambiente adequado. As pessoas com deficiência podem ser produtivas.

5. Deficiência e acessibilidade

O termo *acessibilidade*¹⁵ pode ser definido como a “capacidade de aceder” à funcionalidade, e possível benefício, de algum sistema, edifício e/ou instalação e é utilizado para descrever o grau em que um produto, como um dispositivo, serviço e ambiente, é acessível pelo maior número possível de pessoas.

5.1 Acessibilidade ambiental

A acessibilidade ambiental é frequentemente utilizada para colocar a tónica nas pessoas com deficiência e no seu direito de acesso a entidades, muitas vezes através da utilização

¹⁵<https://www.disabled-world.com/disability/accessibility/>

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

de tecnologias de apoio. A livre circulação em espaços públicos é assumida pela maioria das pessoas como um direito.¹⁶

O acesso aos transportes públicos, a fácil circulação ao longo das ruas e através de edifícios, e rotas claras de saída em situações de emergência, são elementos de um ambiente fisicamente acessível. No entanto, para alguns, estas condições básicas não estão devidamente preenchidas. *Por exemplo, ainda existem paragens de autocarro, que não são facilmente acessíveis a pessoas em cadeira de rodas. Pode haver relva em ambos os lados do cimento ou o banco pode apresentar obstáculos entre o autocarro e a calçada.*

O ambiente não é totalmente acessível a ninguém, nem deveria sê-lo. Existem, por exemplo, razões muito válidas para um acesso limitado: situações que podem ser perigosas para as crianças, estaleiros de construção que põem em perigo a segurança dos adultos, etc. Estamos a falar de um nível "médio" de acesso que, muitas vezes, inadvertidamente, exclui muitos dos que não deveriam ser excluídos.

Avaliando a acessibilidade, definimos a deficiência como uma condição que limita a mobilidade, diminui a acuidade visual ou auditiva, reduz a resistência ou inibe a capacidade de uma pessoa manipular o ambiente com um grau "normal" de esforço. Assim, as barreiras são os aspetos do ambiente construído que diminuem o acesso de um jovem com deficiência. Podem ser partes de edifícios, paisagismo, passarelas ou áreas de estacionamento, e incluem lancis altos, falta de cortes ou rampas de passeio, passeios de cascalho, calçadas estreitas, variações extremas no grau dos passeios, detritos que interferem na passagem ao longo das calçadas, portas estreitas, portas pesadas que exigem força excessiva para abrir e estacionamento insuficiente. Mesmo balcões altos em lojas e restaurantes podem tornar-se barreiras ao acesso a bens e serviços. Além disso, a falta de informação sob a forma de sinais braille, mapas tácteis ou anúncios sonoros constitui um obstáculo para as pessoas com deficiência visual.

¹⁶[Barreiras ambientais e arquitetónicas](#)

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

As populações com dificuldades de mobilidade têm sido amplamente ignoradas no passado, mas nos últimos anos têm sido feitas muitas campanhas pela igualdade. Tal inclui a igualdade de oportunidades de emprego, a igualdade de acesso à educação e a igualdade de acesso a bens e serviços. Tudo isto exige um grau mínimo de acesso aos *locais* onde se pode encontrar emprego, educação e bens e serviços.

Durante as últimas décadas, muitas instalações europeias e espaços abertos foram renovados para entrarem em conformidade com as diretrizes de acessibilidade da Comissão Europeia. Muitos manifestaram preocupação com o custo e os inconvenientes destas renovações. Mas, se a acessibilidade for projetada para construir o ambiente em vez de ser abordada como uma reflexão posterior, os custos podem ser minimizados e o resultado final muitas vezes pode ser mais eficaz.

Cada um de nós pode tornar-se fisicamente deficiente em algum momento da vida.

Uma criança, uma pessoa com uma perna partida, um progenitor com um carrinho de bebé, um idoso, etc., são todos desfavorecidos de uma forma ou de outra. Aqueles que permanecem saudáveis a vida toda são poucos.

No que diz respeito ao ambiente construído, é importante que seja isento de barreiras e adaptado para satisfazer as necessidades de todas as pessoas por igual. De facto, as necessidades das pessoas com deficiência coincidem com as necessidades da maioria, e todas as pessoas estão à vontade com elas. Como tal, planear para a maioria implica planear para pessoas com capacidades e deficiências variáveis.

5.2 Acessibilidade atitudinal

As barreiras atitudinais são comportamentos, perceções, preconceitos e pressupostos que discriminam as pessoas com deficiência. Estas barreiras surgem frequentemente da

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

falta de compreensão e informação, o que pode levar as pessoas a ignorar, a julgar ou a ter ideias erradas sobre uma pessoa com deficiência.

Os equívocos e atitudes que as pessoas no local de trabalho podem ter sobre as deficiências podem ser o obstáculo mais significativo ao emprego que as pessoas com deficiência enfrentam¹⁷.

Além dos estereótipos descritos acima, aqui listamos possíveis barreiras atitudinais enfrentadas por jovens com deficiência:

- **Inferioridade:** A pessoa com deficiência é vista como um "cidadão de segunda classe".
- **Pena:** As pessoas sentem pena da pessoa com deficiência e são paternalistas como resultado.
- **Culto a heróis:** As pessoas consideram uma pessoa com deficiência que vive de forma independente como "especial" e um "super-herói".
- **Ignorância:** A pessoa com deficiência é considerada incapaz por causa da sua deficiência.
- **O efeito de propagação:** As pessoas assumem que a deficiência da pessoa com deficiência afeta seus outros sentidos.
- **Reação negativa:** As pessoas acreditam que a pessoa com deficiência está a receber uma vantagem injusta por causa da sua deficiência.
- **Negação:** As pessoas podem não acreditar que as deficiências são legítimas e, portanto, consideram que não necessitam de adaptações.
- **Medo:** As pessoas têm medo de ofender uma pessoa com deficiência fazendo ou dizendo a algo errado e, conseqüentemente, podem evitar a pessoa com deficiência.

¹⁷[Acessibilidade atitudinal](#)

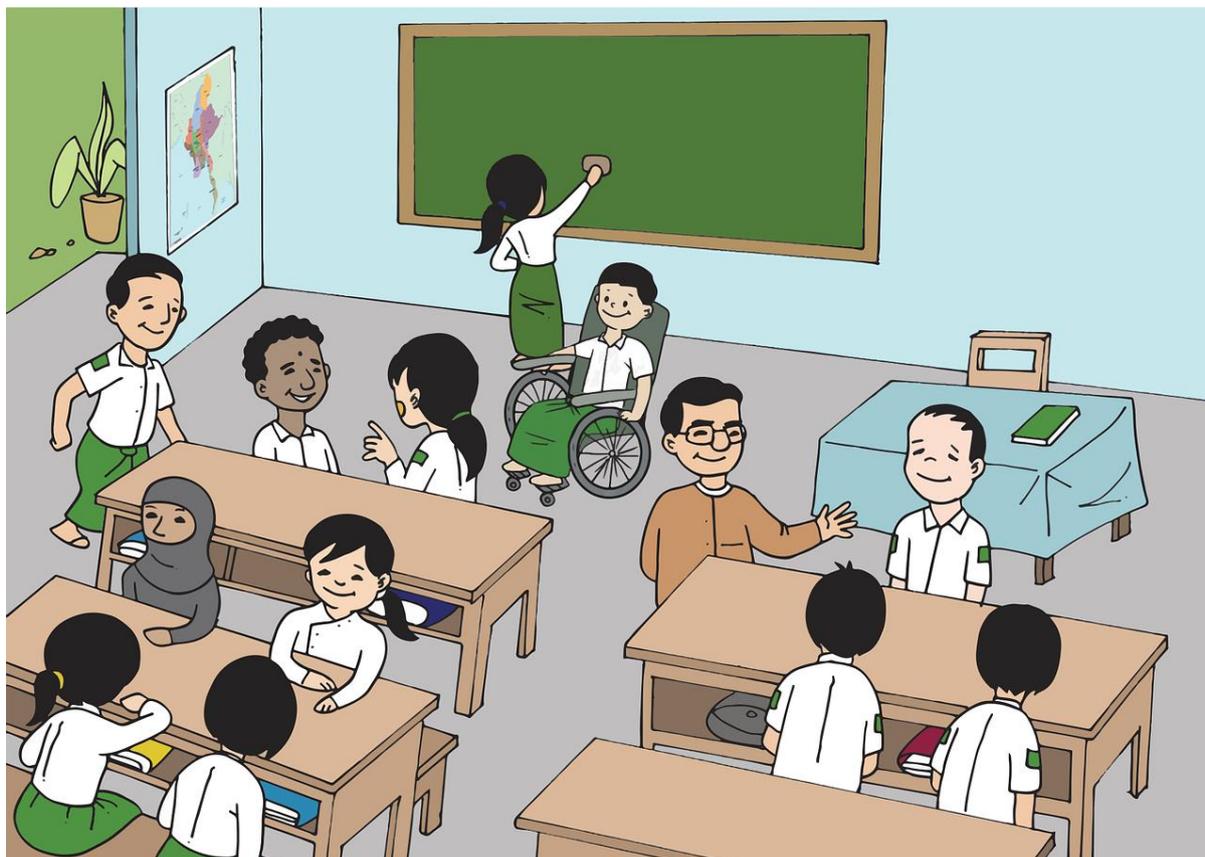
Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Existem ferramentas e recursos disponíveis e podem ser usados por algumas pessoas para ajudar a quebrar barreiras atitudinais. Ao envolver eficazmente os jovens com deficiência, as IES podem utilizar competências de liderança para criar um fórum de discussão sobre questões relacionadas com a deficiência. Além disso, podem dar formação aos seus profissionais para aumentar a sua compreensão sobre as deficiências e corrigir equívocos e atitudes que possam ter em relação às mesmas.

Como moderador de apoio a pessoas com deficiência, está numa boa posição para contribuir para a remoção das barreiras atitudinais. Pode aconselhar a Administração da IES e o pessoal académico sobre como comunicar eficazmente com jovens com deficiência, bem como, como integrá-los no microambiente das IES.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

6. Possíveis adaptações do ambiente das IES



Considera-se extremamente importante que as IES proporcionem a uma pessoa com deficiência o acesso a funções essenciais, incluindo o acesso a um edifício, aos laboratórios, à obtenção do equipamento necessário e à igualdade de acesso a todas as instalações utilizadas por outros jovens sem deficiência. No processo de candidatura e exame de admissão, algumas pessoas podem ter de fazer um ajustamento para poderem mostrar o que sabem e o que podem fazer.

Em termos de acessibilidade, algumas pessoas precisam considerar o seguinte:

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

- Para facilitar os encontros iniciais com pessoas com deficiência, deve ser considerada a entrada e circulação em torno das instalações e das instalações sanitárias.
- A acessibilidade deve também ser entendida como incluindo a sinalização em uso, bem como a preparação de manuais impressos e digitais; instruções e informações eletrônicas, seguindo orientações específicas em matéria de acessibilidade (ver R2 para mais informações). Estes devem ser revistos, sempre que necessário, no que diz respeito à acessibilidade das pessoas com deficiência visual e, em particular, das pessoas com dificuldade intelectual e desenvolvimental.
- A acessibilidade para as pessoas com deficiência auditiva inclui o acesso a informações frequentemente transmitidas pelo som, como o toque de uma campainha, um alarme de incêndio, um apito ou uma sirene. Essas instalações devem ser revistas e complementadas, se necessário, com dispositivos alternativos, como luzes intermitentes.
- O planeamento de emergência deve garantir que as pessoas com deficiência possam evacuar de forma segura e eficaz o local de trabalho para uma área segura.

No entanto, a própria pessoa com deficiência conhece melhor o tipo correto de adaptação razoável de que necessita. Neste caso, você, como **moderador de apoio à deficiência para jovens com deficiência**, tem que enfatizar a importância deste fato e ajudá-lo a fazer o seguinte:

- Expliquem com as suas próprias palavras o tipo de ajustamento que necessitam em relação à natureza, grau e gravidade específicos da sua deficiência.
- Assumam a responsabilidade de pedir reajustes, caso exijam algum.
- Saiba que eles têm o direito de pedir reajustamentos em qualquer fase do processo de candidatura ou educação.
- Tomar a decisão final sobre a sugestão em relação ao tipo de ajustamento que eles exigem, mas ser responsável o suficiente para saber que deve ser uma opção **viável** tanto para eles quanto para a IES.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

7. Evitar a vitimização de jovens com deficiência



A vitimização de pessoas com deficiência envolve o abuso de um indivíduo com uma deficiência física e/ou mental ou outra condição médica. A vitimização pode incluir violência física, violência sexual, abuso financeiro, psicológico ou emocional e negligência. Uma fonte destes tipos de violência pode ser desconhecida para a pessoa com deficiência, bem como para pessoas do seu contexto, tais como familiares e parentes, conhecidos, cuidadores, colegas, supervisores, tutores, membros da equipa médica, etc. As instituições competentes, os centros médicos e de prevenção reconhecem esta vitimização como um grave e evitável problema de saúde pública.

O conhecimento atual sobre vitimização de pessoas com deficiência é baseado num pequeno número de estudos, e pouco se sabe sobre vitimização de pessoas no mesmo grupo de deficiência. As pessoas com deficiência têm duas vezes mais probabilidades de serem vítimas de violência, abuso ou negligência do que as pessoas sem deficiência (ver Introdução).

Os jovens com deficiência têm duas vezes mais probabilidades de serem abusados física ou sexualmente do que os jovens sem deficiência, especialmente os que vivem em instituições especializadas. Proporções semelhantes de mulheres com e sem deficiência

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

relatam ter sofrido episódios de violência física, violência sexual ou abuso emocional. As mulheres com deficiência, no entanto, relatam um maior número de agressores e períodos de tempo mais longos de episódios individuais do que as mulheres sem deficiência.

Em baixo estão listados alguns indicadores dos diferentes tipos de abuso

- Indicadores de *abuso físico* – estes podem ser medo de uma determinada pessoa /colega/professor, lesões inexplicáveis, atraso na procura de tratamento, seditação excessiva, padrões incomuns de hematomas, história de mudança de médicos, lesões no couro cabeludo.
- Indicadores de *Abuso Emocional* – estes incluem baixa autoestima, a pessoa parece nervosa em torno de uma determinada pessoa/colega, confusa, pensamentos e ações suicidas, evita o contato visual com uma determinada pessoa/colega, medo do abandono, letárgica/retraída.
- Indicadores de abuso sexual – *estes estão presentes por medo incomum de uma pessoa, roupas manchadas, rasgadas ou ensanguentadas, dor e hematomas, mudança no comportamento sexual, gravidez, doenças sexualmente transmissíveis.*
- Indicadores de *Abuso Financeiro* – estes envolvem itens inexplicáveis em falta, falta de pagamento de contas, conhecimento impreciso das finanças, mudança repentina de um testamento, falta de acesso a bens de primeira necessidade, levantamentos incomuns da conta bancária.
- Indicadores de *Negligência* – estão relacionados com desnutrição, deambulação sem supervisão, aparência despenteada, falta de próteses/óculos/aparelhos auditivos, condições de pele ou úlceras de pressão, problemas médicos não tratados, abuso de álcool ou medicação.

Como moderador de apoio à deficiência, precisa de saber que a maioria das vítimas de abuso e negligência se sente deprimida e ansiosa. **O seu papel é reconhecer os sinais de abuso dos jovens com deficiência** e, embora ninguém deva tirar conclusões

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

precipitadas, leve todos estes indicadores a sério e contacte os respetivos profissionais em busca de ajuda.

Abaixo estão alguns conselhos para sobre as ações que pode realizar para ajudar jovens com deficiência que foram vítimas de abuso e negligência:

- Ter uma conversa privada com a pessoa;
- Ouvir atentamente a pessoa e o que ela lhe diz;
- Tentar entender a situação;
- Anotar cada palavra e/ou fato que a pessoa diz;
- Manter a calma e não fazer suposições;
- Explicar que opções de ações estão disponíveis para a pessoa;
- Discutir as vantagens e desvantagens de cada ação;
- Incentivar a pessoa a tomar uma decisão independente sobre a opção mais adequada à sua situação;
- Informar a polícia sempre que a segurança da pessoa estiver em risco.

Nós, como autores deste módulo, gostaríamos de enfatizar outro aspeto da vitimização de pessoas com deficiência, que está relacionado com a perceção de que ser uma pessoa com deficiência significa que a pessoa está condenada.

Por outras palavras, a pessoa está disposta a retirar-se das suas atividades diárias, usando a deficiência como explicação para a limitação de funções comuns. Nesses casos, a pessoa com deficiência pode evitar contactos sociais, recusar-se a frequentar a escola regular, pode não aceitar candidatar-se a um emprego, pode negligenciar a sua aparência pessoal e vida privada, pode negar as suas vantagens e pontos fortes, pode recusar-se a fazer rotinas diárias. Além disso, a pessoa com deficiência que está a vitimizar-se pode ter queixas irracionais, pode experimentar insatisfação e descontentamento permanentes, pode ter medo do fracasso, não fazer qualquer tentativa, pode sentir-se impotente, pode recusar-se a tomar uma decisão independente sobre a sua vida, pode

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

esperar que os outros façam coisas com que pode lidar, pode desculpar cada inação com a deficiência que têm, e pode levar uma vida antissocial.

Quaisquer que sejam os sintomas que possa notar como moderador de apoio a pessoas com deficiência, deve lembrar-se que cada pessoa é única e pode ter sintomas únicos em diferentes situações. Há pessoas com deficiência que podem inventar as suas próprias formas de lidar com os desafios diários.

Como moderador de apoio à deficiência, você deve lidar com os aspetos da vitimização que têm influência no desenvolvimento profissional dos jovens com deficiência.

Lembre-se que, como um profissional bem treinado, pode apoiar o jovem com deficiência a encontrar o mais adequado para a sua realização profissional e o caminho para conseguir isso também inclui minimizar o impacto de fatores que comprometem o sucesso do jovem com deficiência.

Infelizmente, o último aspeto da vitimização descrito no parágrafo acima não é suficientemente explorado pelos profissionais e isso dá-lhe, como consultor, a chance de descobrir as suas próprias abordagens e ferramentas para superar a vitimização desse tipo.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

8. Desenvolver uma identidade positiva



8.1. Deficiência e imagem

Como moderador de apoio à deficiência, deve lembrar aos jovens com deficiência que a sua imagem é um fator-chave para a realização educacional e profissional bem-sucedida. Um elemento importante da imagem é a primeira impressão que se revela crucial quando os outros nos encontram pela primeira vez e formam a sua opinião sobre nós.

A imagem pode ser definida como:

- impressão que damos aos outros
- perceção que os outros têm de nós
- a conceção mental que temos do outro
- impressões que formamos quando conhecemos alguém novo.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

A imagem consiste em:

- Expressões faciais
- Postura
- Aparência
- Discurso
- Ações
- Atitude

As pessoas fazem suposições com base em informações limitadas e quando as pessoas observam uma característica ou comportamento em alguém, tendem a assumir que a pessoa tem uma série de outras qualidades.

Segundo a revista Forbes, 2016¹⁸:

- 55 % de uma primeira impressão formada sobre si consiste na forma como a sua aparência é percebida
- 38 % consiste na forma como comunica não verbalmente e como é percebido
- Surpreendentemente, apenas sete por cento de uma primeira impressão formada sobre você consiste no que você realmente diz.

Assim, 55% da primeira impressão que alguém tem de nós baseia-se na nossa aparência, que consiste em:

- altura
- peso
- coloração
- penteado
- acessórios
- vestuário
- no caso das mulheres, isso também inclui a maquiagem.

¹⁸<https://institute.uschamber.com/what-makes-a-good-first-impression/>

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

A imagem também é importante porque afeta a forma como nos sentimos em relação a nós mesmos. Quando sentimos que nos estamos a apresentar bem, ganhamos em confiança e autoestima. Este processo é chamado de ciclo de sucesso.

Ao discutir os elementos da imagem com jovens com deficiência, deve prestar atenção ao seguinte:

- Qualidade – indica o seu estatuto. Ser bem feito com tecido de boa qualidade é mais importante do que marca ou rótulo.
- Fit – aconselhe-os a escolher algo confortável e inteligente com que possa mover-se com confiança.
- Cuidados – é um prático tecido lavável que é possível de ser mantido em bom estado
- Vestuário em harmonia com a sua cor pessoal da pele, tamanho e forma do corpo, e personalidade
- Retoques finais - os acessórios cuidadosamente escolhidos demonstram atenção aos detalhes.

Além disso, como moderador de apoio à deficiência, deve chamar a atenção dos jovens com deficiência que apoia, para o fato de que é importante manter uma imagem profissional que esteja em conformidade com as normas comumente aceites dentro do setor empresarial em que a pessoa com deficiência gostaria de trabalhar.

8.2. Identificar aspetos positivos de ser uma pessoa com capacidades e deficiência

A sociedade é composta por indivíduos e grupos com diversas formas de funcionamento. A falta de capacidade faz parte do ciclo de vida de todos e pode aparecer em diferentes momentos da vida. Eis alguns exemplos¹⁹:

¹⁹Guia de aprendizagem sobre a Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência, Valerie Karr, UNICEF, maio de 2009

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

- um bebé que precisa de ser segurado ou transportado num carrinho de bebé para mobilidade;
- um menino pequeno que não consegue alcançar o botão do andar no elevador;
- alguém com uma perna quebrada engessada tentando subir as escadas;
- uma mulher em gravidez avançada tentando subir as escadas de um autocarro;
- um cidadão analfabeto à procura de informação na Internet;
- um grupo de turistas que não falam a língua local;
- alguém que não consegue ler as letras mais pequenas nas instruções de uma receita;
- uma pessoa idosa com artrite que não consegue abrir uma maçaneta

Em geral, as pessoas enfrentam condições incapacitantes numa sociedade que não está preparada ou não aceita a diversidade. Tenha em mente que o aspeto mais importante da vida independente é o empoderamento dos indivíduos para tomar as suas próprias decisões e gerenciar as suas responsabilidades. O uso de apoio para realizar atividades diárias é considerado um ajustamento razoável para a acessibilidade: não deve ser visto como dependência. A chave para uma sociedade inclusiva é a aceitação e o apoio que garantam que os direitos humanos sejam acessíveis a todos.

Todos nós temos pontos fortes.

Todos nós temos fraquezas.

Nesta secção, gostaríamos de lhe apresentar brevemente duas histórias da vida real que mostram capacidades, não apenas a deficiência.

Cegueira Total – Habilidades:

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

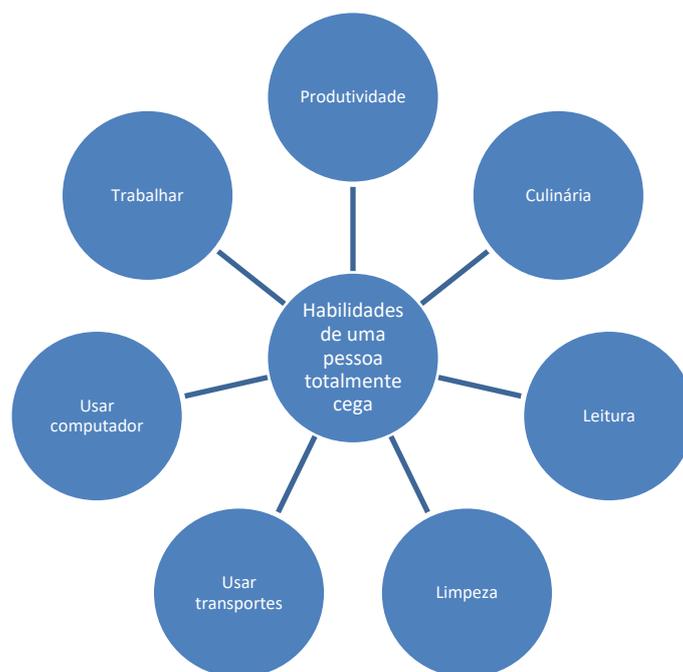


Figura 5. Habilidades de uma pessoa totalmente cega

Ao crescer, um homem gradualmente perdeu a visão até ficar totalmente cego. As habilidades superaram as deficiências e com isso leva uma vida profissional e muito produtiva. O seu trabalho envolve o fornecimento de materiais para pessoas com deficiência visual. O uso da tecnologia moderna permite que essa pessoa use computadores, anotadores em Braille, livros, fitas, leitores e muitos outros dispositivos. Um cão-guia ajuda-o a usar oss transporte e a caminhar todos os dias de e para os seus destinos.

Transtorno convulsivo - Habilidades:

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

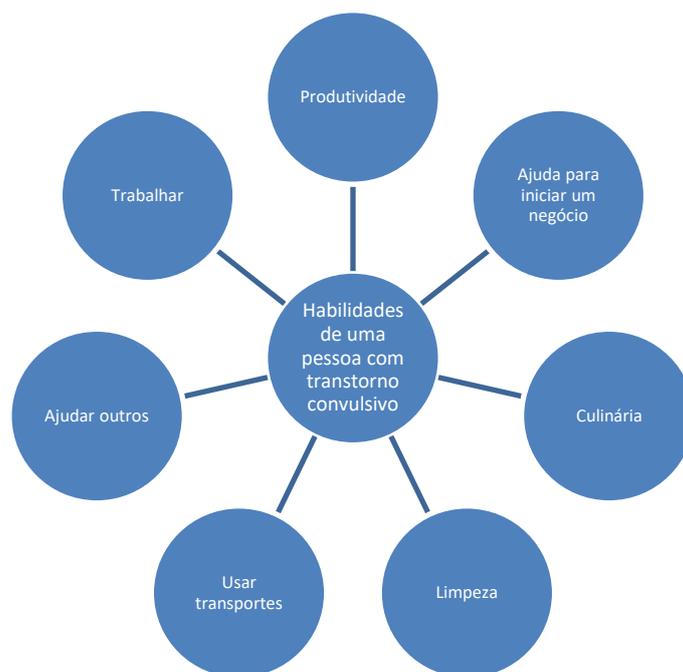


Figura 6. Habilidades de uma pessoa com transtorno convulsivo

As convulsões são características que são únicas em relação a outras deficiências, especialmente nesta pessoa. Na maioria dos casos, podem ser controladas e, com ajustes, podem ser atenuadas. As convulsões desta pessoa não estão completamente controladas.

Em vez de pegar essa deficiência e se transformar em negativa, ela a usa como positiva. Com isso, ela tem compaixão e compreensão pelas pessoas com deficiência.

Foi cofundadora de uma Fundação sem fins lucrativos para pessoas com deficiência. Trabalha em situações controladas com menor risco de perigo para si própria. Pede ajustamentos razoáveis e transporte.

Trata-se de histórias reais de duas pessoas que tiveram a oportunidade de mostrar e usar as suas habilidades apesar das deficiências que tinham. Exemplificam que as pessoas com deficiência querem trabalhar. Muitos trabalhadores com deficiência são dotados de

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

talentos que deveriam realmente prestar-se a posições existentes nas empresas de hoje. Nas perturbações leves do espectro do autismo (anteriormente chamados de Asperger), por exemplo, são um transtorno do espectro do autismo que dá a algumas pessoas uma incrível capacidade de processar detalhes, o que é uma excelente característica para desenvolvedores de software, postagem e monitorização de média sociais, pesquisadores, etc.

Assim, quando o moderador de apoio a pessoas com deficiência está a trabalhar com uma pessoa com deficiência, precisa de ter em mente que todas as pessoas têm pontos fortes. Cada pessoa chega a um novo emprego com competências e habilidades únicas. Os moderadores de apoio à deficiência que interagem com jovens com deficiência têm um grande impacto no seu sucesso educativo. Quando eles se familiarizam mais com as suas "habilidades, eles podem maximizar os seus potenciais. É assim que os moderadores de suporte para pessoas com deficiência trabalham maximizando os pontos fortes individuais enquanto compensam as fraquezas.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

9. Parte Prática



Os jogos de simulação são considerados como um método flexível e agradável de aprendizagem que permite o envolvimento final dos participantes, que gostariam de se tornar moderadores de apoio à deficiência. O uso de jogos de simulação permite que eles aprendam através da experiência, o que é substancial para a utilização final do conteúdo de aprendizagem e o seu uso a longo prazo.

Os jogos de simulação complementam as informações fornecidas acima e ajudam os candidatos a moderadores de suporte para pessoas com deficiência a descobrir melhor termos e condições específicos relacionados com o conteúdo. Revelam a natureza das diferentes deficiências e ajudam os estudantes a sensibilizá-los para as próprias pessoas com deficiência e para os desafios que podem enfrentar nas suas rotinas diárias e enquanto procuram emprego.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

9.1 Jogo de simulação 1 "Pessoas com deficiência – como se sentem?"

Este jogo é adequado para uma atividade em grupo e requer colaboração entre os membros do grupo. O papel do facilitador de aprendizagem é dar instruções e explicar o cenário do jogo, bem como observar e analisar os resultados.

Os participantes são colocados em círculo compacto. Um voluntário fica fora do círculo. Tem como objetivo entrar no círculo sem forçar as pessoas a saírem do círculo. O voluntário pode usar abordagens verbais e não verbais (por exemplo, palavras, movimentos, gestos, expressão facial, etc.) para convencer as pessoas a permitir a entrada. Tem um minuto para atingir o objetivo. No final, o facilitador de aprendizagem pergunta ao voluntário como se sente, independentemente de ter entrado com sucesso no círculo ou ficado fora dele.

O resultado do jogo tem a ver com o facto de o voluntário representar a posição de uma pessoa com deficiência isolada pela sociedade que, no nosso caso, é representada através do círculo compacto. Uma vez que o tempo está a contar (1 min) a pessoa pode tornar-se mais agressiva, confusa, apaixonada, menos tolerante, etc.

Este jogo pode ser usado como uma atividade quebra-gelo no início da sessão.

9.2. Jogo de simulação 2 "Fácil de entender"

Este jogo é adequado para uma atividade em grupo e requer colaboração entre os membros do grupo. O papel do facilitador de aprendizagem é dar instruções e explicar o cenário do jogo, bem como observar e analisar os resultados.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Um dos participantes estará no papel de uma pessoa com dificuldades de aprendizagem específicas. Esta pessoa tem um problema para compreender um texto bastante complicado.

Os participantes são divididos em grupos e cada um deles recebe um texto que deve ser explicado de uma forma que seja de fácil compreensão para uma pessoa com dificuldades de aprendizagem específicas. Como exemplo desse texto utilizado, você pode usar um anúncio sobre uma vaga de emprego que contenha descrições das obrigações e requisitos do trabalho, o outro são termos e condições para se candidatar a benefícios sociais. Os participantes têm 10 minutos para terminar a tarefa. Em seguida, devem ser apresentados os textos de fácil compreensão. O facilitador de aprendizagem incentiva os participantes a comentar e mostra as melhores e mais interessantes ideias e aponta as inadequadas, se houver. A duração do jogo é de aproximadamente 30 min.

9.3. Jogo de simulação 3 "Assistir um utilizador de cadeira de rodas"

Este jogo é adequado para uma atividade em grupo e requer colaboração entre os membros do grupo. O papel do facilitador de aprendizagem é dar instruções e explicar o cenário do jogo, bem como observar e analisar os resultados.

O grupo escolhe dois voluntários que têm dois papéis diferentes. Um deles deve desempenhar o papel de utilizador de cadeira de rodas e o outro deve desempenhar o papel de seu assistente. Se não tem cadeira de rodas disponível, pode usar uma cadeira de escritório.

Para efeitos do jogo, o percurso do utilizador de cadeiras de rodas deve incluir sair da sala, passar pelo corredor e chegar a uma máquina de venda automática. O assistente deve apoiar o utilizador da cadeira de rodas em conformidade com as regras e recomendações enumeradas nas secções anteriores. Após a conclusão do cenário do jogo,

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

o grupo discute os passos certos e errados dados pelos dois voluntários. A duração do jogo é de aproximadamente 20 min.

9.4. Jogo de simulação 4 "Uso de palavras corretas e incorretas"

Este jogo é adequado para uma atividade em grupo e requer colaboração entre os membros do grupo. O papel do facilitador de aprendizagem é dar instruções e explicar o cenário do jogo, bem como observar e analisar os resultados.

Cada participante recebe um pedaço de papel com um dos seguintes termos:

1. Pessoa com deficiência
2. Pessoa sem deficiência
3. Cegos
4. Amblíopes
5. Surdos ou com deficiência auditiva
6. Dificuldades intelectuais (de aprendizagem)
7. Dificuldades de saúde mental
8. Utilizadores de cadeiras de rodas
9. Dificuldades de aprendizagem específicas
10. Pessoas com deficiência
11. o epilético
12. Uma vítima de...
13. Sofrendo de...
14. Espástica
15. Deformado
16. Inválido
17. Retardado
18. Estúpido
19. Aleijados
20. Cadeira de rodas

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Em seguida, devem colocar os artigos recebidos na coluna da direita para termos corretos e incorretos, respectivamente – duração de 30 segundos. A ideia é praticar os conhecimentos relacionados com a comunicação adequada e etiqueta da deficiência. O facilitador da aprendizagem poderia tirar conclusões sobre o desempenho dos formandos.

9.5. Jogo de simulação 5 "As pessoas que usam aparelhos auditivos – como se sentem?"

Este jogo é adequado para uma atividade em grupo e requer colaboração entre os membros do grupo. O papel do facilitador de aprendizagem é dar instruções e explicar o cenário do jogo, bem como observar e analisar os resultados.

Dois voluntários têm de participar numa conversa cara a cara até que o resto do grupo esteja a fazer barulho (bater palmas, bater palmas com as pernas, falar mais alto, etc.). A tarefa dos dois voluntários é marcar uma reunião – duração 1 min.

No final, os voluntários contam como se sentiram ao tentar chegar a acordo sobre algo em ambiente barulhento. O facilitador de aprendizagem deve explicar quais são os desafios das pessoas que usam aparelhos auditivos sem opção para remover o ruído de fundo.

9.6. Jogo de simulação 6 "Leitura labial"

Este jogo é adequado para uma atividade em grupo e requer colaboração entre os membros do grupo. O papel do facilitador de aprendizagem é dar instruções e explicar o cenário do jogo, bem como observar e analisar os resultados.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Divide-se o grupo em pares. Um de cada par é A, e o outro B. Dê-lhes as instruções relevantes e explique brevemente o jogo. Não devem ver as instruções uns dos outros.

Peça-lhes que se revezem na leitura labial, enquanto o parceiro "lê" (movendo os lábios, mas não emitindo sons) uma lista de palavras ou frases.

Nos seus pares, devem:

- "dizer" cada palavra ou frase uma única vez;
- passar por todo o exercício antes de dizerem umas às outras as respostas;

Quando terminarem, discutam o que aprenderam sobre a leitura labial.

Reserve 15 minutos para o exercício em pares e, em seguida, forme o grupo principal novamente.

9.7. Jogo de simulação 7 "Diga a palavra. Compreender como se sentem os jovens com dificuldades de aprendizagem específicas"

Este jogo é adequado para uma atividade em grupo e requer colaboração entre os membros do grupo. O papel do facilitador de aprendizagem é dar instruções e explicar o cenário do jogo, bem como observar e analisar os resultados.

Transfira a próxima figura para folha. Peça ao grupo que leia em voz alta. Cada participante deve ler a COR em que a palavra está escrita, não a palavra em si. Depois, reflita sobre como o seu cérebro quer ler a palavra real. Mesmo quando pode fazer isso corretamente, você tem que ler muito mais devagar do que o normal. Este é um exemplo de dificuldades para um jovem com dificuldades de aprendizagem específicas. Seu cérebro entende o que precisa ser feito, mas eles têm que lutar para que isso saia certo.

Não ser capaz de fazer esta atividade corretamente não significa que você não é inteligente. Significa apenas que o seu cérebro quer fazer algo diferente.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

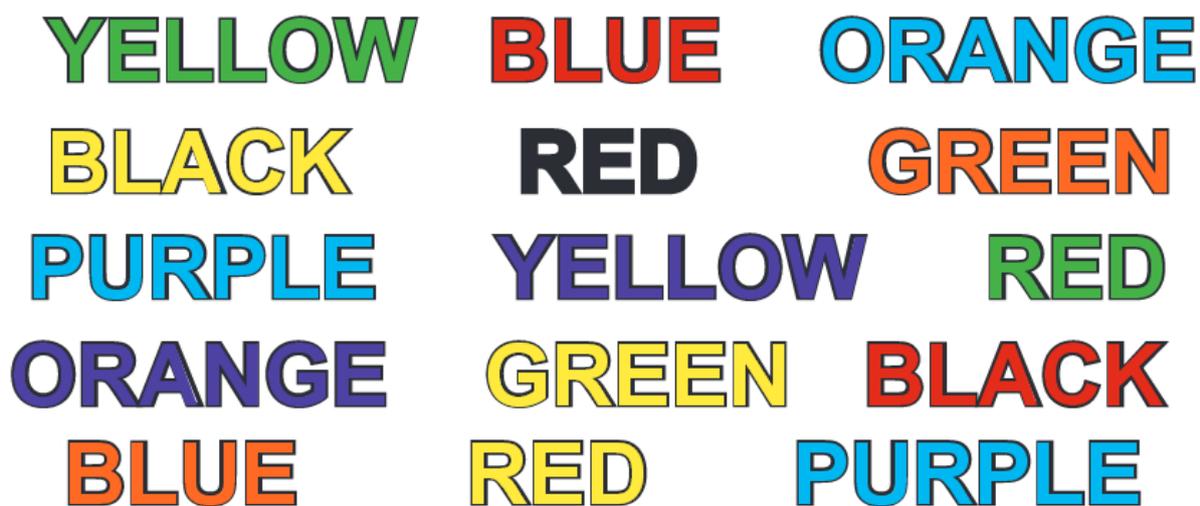


Figura 7. Palavras a cores

9.8. Jogo de simulação 8 "Encontre uma forma alternativa de apertar as mãos"

Este jogo é adequado para uma atividade em grupo e requer colaboração entre os membros do grupo. O papel do facilitador de aprendizagem é dar instruções e explicar o cenário do jogo, bem como observar e analisar os resultados.

O grupo é dividido em pares. Um voluntário assume o papel de uma pessoa com deficiência nos membros superiores – colocando a mão direita nas costas para que ele não possa usá-la. O outro voluntário do par deve encontrar uma alternativa para apertar as mãos. Deve ater-se aos seguintes princípios. O facilitador da aprendizagem deve incentivar a criatividade dos participantes e orientá-los a encontrar maneiras discretas e educadas.

9.9. Jogo de simulação 9 "Pessoas com deficiência visual – como se sentem?"

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Este jogo é adequado para uma atividade em grupo e requer colaboração entre os membros do grupo. O papel do facilitador de aprendizagem é dar instruções e explicar o cenário do jogo, bem como observar e analisar os resultados.

O grupo é dividido em pares. Cada par é composto por um voluntário que desempenha o papel de uma pessoa cega e outro que desempenha o papel de um guia. Para o papel da pessoa cega pode usar um lenço ou algo semelhante. Cada par tem a tarefa de passar por uma rota pré-definida com alguns obstáculos e quando o ponto final é alcançado os participantes mudam os seus papéis no caminho de volta. Após a conclusão do cenário, os participantes são convidados a partilhar as suas experiências e sentimentos. O facilitador de aprendizagem pergunta ao grupo qual foi o papel mais difícil e como eles se sentiram. A duração do jogo é de cerca de 30 minutos.

10. Informações básicas sobre tecnologias assistivas digitais que podem ser úteis durante a educação

Existem várias definições no que diz respeito às Tecnologias Assistivas (TA). Refere-se geralmente aos dispositivos ou serviços destinados a compensar limitações funcionais, facilitar uma vida independente ou permitir que as pessoas idosas ou com deficiência com limitações de atividade realizem todo o seu potencial. O âmbito de aplicação de uma definição tão ampla permite que as TA abranjam qualquer tipo de equipamento ou serviço capaz de satisfazer a definição acima referida: de dispositivos para andar a cadeiras de rodas, de produtos para casas inteligentes a lembretes de medicação.

Neste manual, centramo-nos nas TIC TA, que são impulsionadas pelas TIC. A este respeito, centramo-nos na tecnologia assistiva que é utilizada por jovens com deficiência para desempenharem funções que, de outra forma, poderiam ser difíceis ou impossíveis para eles que requerem o desejo da pessoa de utilizar um dispositivo ou aplicação que é, pela sua própria natureza, uma TIC.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

10.1 Anotações eletrônicas

10.1.1. Anotadores de áudio

Veja mais aqui: <https://www.youtube.com/watch?v=ms5XQFIdwnQ>

Descrição: Software de suporte a gravações digitais com espaço para transcrição de texto ou notas e marcas de áudio e destaque.

Objetivo: Destinado a auxiliar aqueles que usam gravadores em palestras, reuniões e entrevistas. Pode ajudar aqueles que trabalham em investigação ou estudantes que podem ter dificuldades específicas de aprendizagem e realmente preferem usar a entrada de áudio para aprender.

Características: Audio Notetaker trabalho com WAV e MP3. As gravações podem ser divididas em partes, marcadas e anotadas com imagens, slides do PowerPoint, palavras-chave ou transcrições completas. Um corretor ortográfico está incluído e, se o Microsoft Office estiver no computador, ele usará o dicionário do verificador ortográfico do Word.

Habilidade necessária	Nível		
	1	2	3
Audição			3
Destreza		2	
Memória		2	
Discurso			
Tátil		2	
Visuais			3
<i>Nível 1</i>	<i>Habilidade mínima necessária</i>		
<i>Nível 2</i>	<i>Habilidade moderada necessária</i>		

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Nível 3	Boa habilidade necessária
---------	------------------------------

10.1.2. Blocos de notas digitais



Descrição: Captura e armazena digitalmente texto e gráficos em papel A4 comum para download posterior num computador.

Finalidade: Adequado para anotações e bom para diagramas e desenhos, etc. O texto é salvo como um gráfico, portanto, não funcionará com o software de texto para fala, a menos que transcrito com MyScript Notes, mas o texto precisa de ser escrito claramente para maior sucesso. Pode ajudar aqueles com dificuldades de aprendizagem específicas, incluindo dislexia, que querem combinar gráficos nos seus documentos processados por texto.

Características: Um bloco de notas (até 150 mm x 232 mm) é anexado à placa de memorando digital e a caneta de tinta eletrónica usa cartuchos que podem ser comprados na maioria das papelarias. A almofada não deve ser muito grossa, cerca de 12mm no máximo e é melhor escrever com clareza.

Habilidade necessária	Nível		
	1	2	3
Audição			
Destreza			3
Memória		2	

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Discurso			
Tátil			3
Visuais			3
<i>Nível 1</i>	<i>Habilidade mínima necessária</i>		
<i>Nível 2</i>	<i>Habilidade moderada necessária</i>		
<i>Nível 3</i>	<i>Boa habilidade necessária</i>		

10.1.3. Digiscribble



Descrição: Nota tomando caneta eletrónica e clipe portátil na unidade recetora com LCD para escrita ou modo mouse.

Finalidade: Este dispositivo pode ser usado longe do computador para anotações, memorandos e desenhos. Adapta-se a quem trabalha com gráficos e prefere escrever notas em vez de escrever. Pode ajudar aqueles com dificuldades de aprendizagem específicas e dislexia que gostam de mapas mentais à mão em vez de usar software.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Características: O recetor cortado no pad conecta-se a um desktop ou laptop através de um cabo USB para baixar as notas salvas, onde a escrita pode ser transcrita usando o software MyScript e as imagens são salvas em formato gráfico. Há momentos em que, se a escrita não estiver clara, pode ser mais fácil salvar toda a saída como uma imagem. Os recursos do mouse permitem o controle do PC e funciona automaticamente com aplicativos de tablet como OneNote e Windows Journal.

Habilidade necessária	Nível		
	1	2	3
Audição			
Destreza		2	
Memória	1		
Discurso			
Tátil			3
Visuais		2	
<i>Nível 1</i>	<i>Habilidade mínima necessária</i>		
<i>Nível 2</i>	<i>Habilidade moderada necessária</i>		
<i>Nível 3</i>	<i>Boa habilidade necessária</i>		

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

10.1.4. E-pens Mobile Notes



Descrição: Notas e desenhos capturados em papel com uma caneta e recetor para Windows PC.

Finalidade: Adequado para anotações e bom para diagramas e desenhos, etc. O texto é salvo como um gráfico, portanto, não funcionará com software de texto para fala, a menos que transcrito com MyScript Notes, mas o texto precisa ser escrito de forma relativamente clara para maior sucesso. Pode ajudar aqueles com dificuldades de aprendizagem específicas, incluindo dislexia, que querem combinar gráficos nos seus documentos processados por texto.

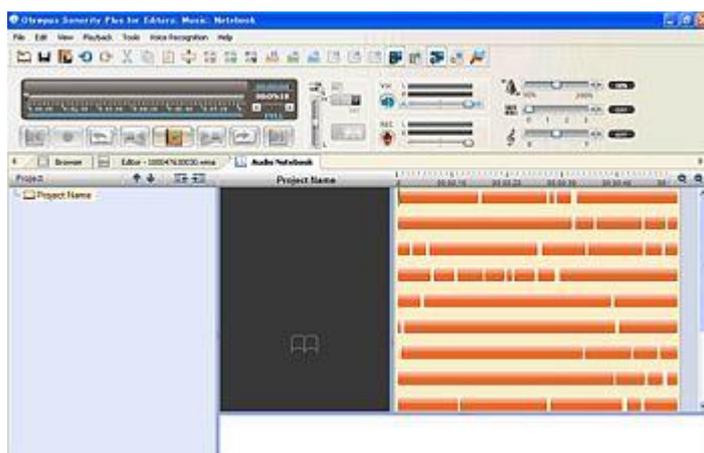
Características: A caneta e a unidade base do recetor salvam a sua caligrafia em papel normal. Depois de capturar e salvar as suas notas, conecte a unidade base e transfira para o software NoteManager baseado no Windows. As notas podem então ser convertidas em texto acessível usando o software de transcrição MyScript e exportadas para aplicativos escolhidos, como o Microsoft Word, para uso com o software Text to speech.

Habilidade necessária	Nível		
	1	2	3
Audição			
Destreza			3
Memória			3

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Discurso			
Tátil			3
Visuais			3
<i>Nível 1</i>	<i>Habilidade mínima necessária</i>		
<i>Nível 2</i>	<i>Habilidade moderada necessária</i>		
<i>Nível 3</i>	<i>Boa habilidade necessária</i>		

10.1.5. Notebook Olympus Audio com Sonoridade



Veja mais aqui: <https://www.youtube.com/watch?v=kz1n8apty6s>

Descrição: Ordenar, gerir e anotar gravações Olympus e guardar como formato margarida.

Finalidade: Útil para aqueles que desejam fazer anotações das suas gravações digitais, bem como ouvir noutros formatos. Pode adequar-se a pessoas com dificuldades de aprendizagem específicas, incluindo dislexia e deficiências visuais.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Características: Este é um plug-in extra para o software Sonority oferecido com gravadores Olympus para gerenciar arquivos de áudio. Este último fornece um leitor e meios de converter formatos para Mp3. O plug-in adiciona capacidade de anotação, anotação e a chance de dividir arquivos em seções.

Habilidade necessária	Nível		
	1	2	3
Audição		2	
Destreza		2	
Memória			3
Discurso			
Tátil		2	
Visuais		2	
<i>Nível 1</i>	<i>Habilidade mínima necessária</i>		
<i>Nível 2</i>	<i>Habilidade moderada necessária</i>		
<i>Nível 3</i>	<i>Boa habilidade necessária</i>		

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

10.1.6. Wireless Pen Tablet e JustWrite Office (Just Write Office)



Descrição: Mesa digitalizadora para desenho e software para escrita manual em documentos, adicionando notas adesivas e desenhos.

Objetivo: Pode ajudar a tornar os itens de texto mais memoráveis e destacar secções de gráficos, etc. Bom para o trabalho colaborativo e pode se adequar àqueles com dificuldades de aprendizagem específicas, incluindo dislexia, onde anotações e cores podem ajudar a memória. O escritor precisa ser bastante dextro para usar essa ferramenta com precisão.

Características: O software Just Write oferece aos usuários uma barra de ferramentas adicional no Excel, PowerPoint e Word e pode ser usado com qualquer dispositivo de entrada, mas é mais adequado para dispositivos do tipo caneta.

Habilidade necessária	Nível		
	1	2	3
Audição			
Destreza			3
Memória		2	
Discurso			
Tátil			3
Visuais			3

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Nível 1	Habilidade mínima necessária
Nível 2	Habilidade moderada necessária
Nível 3	Boa habilidade necessária

10.2. Tecnologias de apoio relacionadas com o teclado

10.2.1. Contour RollerMouse Classic e PRO Station



Descrição: Descanso do pulso do teclado do computador com um dispositivo de entrada ótica integrado.

Finalidade: Adequado para manipuladores esquerdo e direito, este dispositivo persuade a digitar e mover o cursor com as mãos colocadas centralmente. Ele é projetado para evitar tensões e também ocupa muito pouco espaço na área de trabalho.

Características: O sistema funciona girando um eixo montado horizontalmente para movimento para cima e para baixo e deslizando o eixo para a esquerda e direita controla o cursor.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Habilidade necessária	Nível		
	1	2	3
Audição			
Destreza		2	
Memória	1		
Discurso			
Tátil		2	
Visuais		2	
Nível 1	<i>Habilidade mínima necessária</i>		
Nível 2	<i>Habilidade moderada necessária</i>		
Nível 3	<i>Boa habilidade necessária</i>		

10.2.2. Suporte portátil para laptop



Descrição: Descanso para portátil em acrílico leve para computadores portáteis ou papéis até 17 polegadas.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Finalidade: Se um laptop está posicionado em um tampo de mesa, ele pode forçar o usuário a se inclinar para a frente, a fim de ler a tela, o que pode levar a problemas no pescoço, costas, ombro, braço e pulso. Colocar o portátil num suporte significa que o utilizador pode sentar-se na posição vertical com o ecrã mais próximo do nível dos olhos, oferecendo uma posição de trabalho muito mais confortável e segura.

Características: O suporte pode ser usado com o laptop inclinado para cima e um teclado e mouse separados. Quando usado como suporte de documentos, tem 5 ângulos de 3 a 52 graus. A base giratória permite muitos ângulos de visão e os cabos podem ser removidos sob o suporte.

Habilidade necessária	Nível		
	1	2	3
Audição			
Destreza			
Memória			
Discurso			
Tátil	1		
Visuais	1		
Nível 1	<i>Habilidade mínima necessária</i>		
Nível 2	<i>Habilidade moderada necessária</i>		
Nível 3	<i>Boa habilidade necessária</i>		

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

10.2.3. Teclado TrackBoard



Descrição: Teclado compacto economizador de espaço com bola de trilha embutida e muitas teclas programáveis.

Finalidade: Este teclado não é apenas economia de espaço, mas acima da linha de teclas usuais são as 15 teclas arredondadas definidas pelo usuário que oferecem uma chance de aproveitar ao máximo a navegação do teclado e ações reduzindo a quantidade de uso do mouse necessário. A bola de pista destra pode não se adequar aos canhotos, mas pode ser útil para aqueles que acham difícil usar um mouse devido à mobilidade, destreza ou dificuldades de tensão.

Características: O teclado tem 15 teclas de função definíveis pelo usuário e teclas de função dupla dão funcionalidade de 105 teclas.

Habilidade necessária	Nível		
	1	2	3
Audição			
Destreza		2	
Memória		2	
Discurso			
Tátil		2	
Visuais		2	

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Nível 1	Habilidade mínima necessária
Nível 2	Habilidade moderada necessária
Nível 3	Boa habilidade necessária

10.2.4. Teclado ergonómico contornado



Descrição: Teclado curvo grande com teclas de atalho multimédia programáveis.

Objetivo: Desenvolvido para apoiar aqueles que podem ter lesões por esforço ou desejam usar um teclado de design de teclas divididas. Este sistema incentiva uma boa digitação e mais fácil de se acostumar se for um datilógrafo de toque. Deve-se notar que o mouse precisará ser posicionado a alguma distância de uma posição central, então a versão com o touch pad integrado pode valer a pena experimentar, embora este último tenha um conector PS/2.

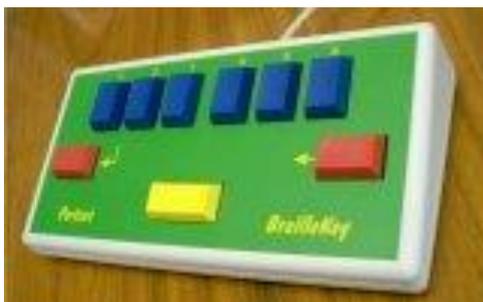
Características: O layout de teclado estendido de 105 teclas com 8 teclas de atalho é marginalmente maior do que a maioria dos teclados padrão. É curvo com uma inclinação suave e descanso de punho integrado.

Habilidade	Nível		
	1	2	3
necessária			
Audição			
Destreza		2	

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Memória		2	
Discurso			
Tátil		2	
Visuais	1		
<i>Nível 1</i>	<i>Habilidade mínima necessária</i>		
<i>Nível 2</i>	<i>Habilidade moderada necessária</i>		
<i>Nível 3</i>	<i>Boa habilidade necessária</i>		

10.2.5. BrailleKey



Descrição: Teclado braille pequeno USB que pode ser conectado a um PC ou laptop.

Objetivo: Adequado para aqueles que aprendem braille, bem como usuários experientes de braille. Não é tão complexo como o Braille Papenmeier no teclado e é mais compacto, mas "boxy" para olhar.

Características: Existem seis teclas de entrada padrão em Braille numa linha com a tecla de espaço posicionada centralmente abaixo das teclas de entrada, backspace para a esquerda e delete para a direita. O ponto 7 é produzido pela nova tecla de linha que fornece um conjunto de caracteres deslocados que também está situado abaixo das teclas de entrada.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Habilidade necessária	Nível		
	1	2	3
Audição			
Destreza			3
Memória		2	
Discurso			
Tátil			3
Visuais			
Nível 1	<i>Habilidade mínima necessária</i>		
Nível 2	<i>Habilidade moderada necessária</i>		
Nível 3	<i>Boa habilidade necessária</i>		

10.2.6. Teclado sem chave



Descrição: Dois mostradores substituem as teclas deste teclado controlado pela palma da mão com rato integrado.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Objetivo: Isso poderia ajudar aqueles com lesões por tensão, bem como aqueles que têm problemas de destreza dos dedos finos e não conseguem lidar com as ações de imprensa chave usuais.

Características: Este teclado não tem teclas, mas duas cúpulas redondas/mostradores que são movidos com as palmas das mãos em várias direções para compor letras e combinações de letras. Eles não giram, mas deslizam através de uma faixa de bússola.

Habilidade necessária	Nível		
	1	2	3
Audição			
Destreza	1		
Memória	1		
Discurso	1		
Tátil		2	
Visuais		2	
<i>Nível 1</i>	<i>Habilidade mínima necessária</i>		
<i>Nível 2</i>	<i>Habilidade moderada necessária</i>		
<i>Nível 3</i>	<i>Boa habilidade necessária</i>		

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

10.2.7. Pedal de 3 teclas



Descrição: 3 pedais programáveis para clicar, deslocar, introduzir ou executar outras operações a partir do teclado ou rato.

Finalidade: Os pedais X-Key podem, até certo ponto, substituir algumas ações do mouse ou aspetos do teclado para aqueles que desejam operar o computador usando os pés.

Características: A programação dos pedais é conseguida utilizando o software fornecido. X-Keys aceita todos os comandos e sequências do teclado, bem como comandos de entrada do mouse e do jogo que foram configurados para atender às necessidades do usuário.

Habilidade necessária	Nível		
	1	2	3
Audição			
Destreza	1		
Memória		2	
Discurso			
Tátil	1		
Visuais	1		

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Nível 1	Habilidade mínima necessária
Nível 2	Habilidade moderada necessária
Nível 3	Boa habilidade necessária

10.3. Relacionado com o rato

10.3.1. Giroscópio GO 2.4 Gyro Mouse



Descrição: Rato de ar sem fios com alcance de 30m para apresentações e sobre a secretária.

Objetivo: Para aqueles que têm muito pouco movimento no pulso ainda é possível usar este mouse dentro e fora da área de trabalho. É possível fazer o cursor atravessar a tela ao usar um movimento do antebraço. Adequado para aqueles com certos tipos de lesões por tensão.

Características: O Gyro Mouse usa um rádio multi-canal que elimina a necessidade de apontar diretamente para a tela ou alinhá-lo com o recetor.

Habilidade necessária	Nível		
	1	2	3
Audição			

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Destreza		2	
Memória		2	
Discurso			
Tátil		2	
Visuais		2	
<i>Nível 1</i>	<i>Habilidade mínima necessária</i>		
<i>Nível 2</i>	<i>Habilidade moderada necessária</i>		
<i>Nível 3</i>	<i>Boa habilidade necessária</i>		

10.3.2. Rato PenClic



Descrição: Caneta com a mão segura, como se fosse para escrever com simples cliques e ações de rolagem, adaptando-se tanto à mão esquerda quanto à direita.

Finalidade: A caneta permite-lhe apoiar o antebraço sobre a secretária e permitir que o cursor esteja a trabalhar no ecrã como se estivesse a escrever com uma caneta. A ideia é reduzir a tensão no pulso, braço e pescoço causada pela musculação normal. A caneta adapta-se a todos os tamanhos de mão. É possível mudar de postura e encontrar uma posição confortável se a dor nas costas ou outras tensões forem um problema.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Características: A caneta é fácil de usar e sente-se confortável. É o caso de lembrar que você precisa pressionar a alça da caneta para clicar com o botão esquerdo e usar o botão na caneta, perto do dedo indicador para clicar com o botão direito.

Habilidade necessária	Nível		
	1	2	3
Audição			
Destreza		2	
Memória	1		
Discurso			
Tátil		2	
Visuais			3
<i>Nível 1</i>	<i>Habilidade mínima necessária</i>		
<i>Nível 2</i>	<i>Habilidade moderada necessária</i>		
<i>Nível 3</i>	<i>Boa habilidade necessária</i>		

10.3.3. Trackpad Mágico



Descrição: O trackpad Multi-Touch para Mac alinha-se com o teclado sem fios.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Finalidade: Fornece uma alternativa ao mouse mágico para usuários de Mac e pode se adequar àqueles que preferem o toque leve do dedo para aceder a aplicativos e precisam trabalhar com gráficos. Também ajuda aqueles com movimentos reduzidos nos dedos, pois a almofada pode ser ajustada para reações muito sensíveis ao toque mínimo.

Características: O pad tem várias configurações que permitem que os gestos sejam adaptados para atender às necessidades do usuário, juntamente com a sensibilidade de rastreamento, clique duplo e a velocidade de rolagem para páginas, etc. Vários números de dedos podem ser usados da maneira semelhante ao seu uso em um iPhone, como três dedos para ampliar os tamanhos de fonte, bem como os dois usuais para um movimento de 'beliscar para ampliar'. As janelas podem ser arrastadas e as páginas viradas com o deslizar de um dedo.

Habilidade necessária	Nível		
	1	2	3
Audição			
Destreza	1		
Memória	1		
Discurso			
Tátil			3
Visuais		2	
<i>Nível 1</i>	<i>Habilidade mínima necessária</i>		
<i>Nível 2</i>	<i>Habilidade moderada necessária</i>		
<i>Nível 3</i>	<i>Boa habilidade necessária</i>		

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

10.3.4. Interruptor de pé Savant Elite Triple Action



Descrição: Interruptores de pé programáveis para utilização em vez de, ou ao lado de um rato e teclado.

Objetivo: Existem três versões do pedal que permitem às pessoas que têm dificuldade em utilizar um rato ou que pretendem programar acções do teclado aceder a um computador através dos pés. Pode ser adequado para alguns utilizadores com dificuldades de mobilidade ou de destreza.

Características: Há uma escolha de três tipos de interruptor de pé - a versão única para apenas clicar no mouse ou uma ação do teclado - o duplo para ações do botão do mouse esquerdo e direito ou duas ações do teclado. Os interruptores de três pés na versão tripla oferecem acesso mais programável e as almofadas externas de alimentos podem ser movidas para pés menores.

Habilidade necessária	Nível		
	1	2	3
Audição			
Destreza	1		
Memória		2	

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Discurso			
Tátil	1		
Visuais	1		
<i>Nível 1</i>	<i>Habilidade mínima necessária</i>		
<i>Nível 2</i>	<i>Habilidade moderada necessária</i>		
<i>Nível 3</i>	<i>Boa habilidade necessária</i>		

10.3.5. Rato joystick ergonómico



Descrição: Este é um pequeno mouse joystick para uma pessoa destra - ainda não existem modelos canhotos.

Objetivo: É leve e fácil de usar ajudando aqueles com RSI como a mão permanece vertical, mas pode não se adequar aqueles que usam técnicas CAD.

Características: O botão do mouse está na parte superior e é operado pelo polegar.

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

Habilidade necessária	Nível		
	1	2	3
Audição			
Destreza	1		
Memória	1		
Discurso			
Tátil		2	
Visuais			3
<i>Nível 1</i>	<i>Habilidade mínima necessária</i>		
<i>Nível 2</i>	<i>Habilidade moderada necessária</i>		
<i>Nível 3</i>	<i>Boa habilidade necessária</i>		

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

10.4. Ecrãs tácteis

10.4.1. Monitor LCD TFT Magic Touch



Descrição: Ecrã TFT de 12 polegadas, 15 polegadas, 17 polegadas ou 19 polegadas com tecnologia tátil com capacidade de resposta.

Finalidade: Adequado para uso em bibliotecas, quiosques e outros locais públicos para uso por todos, mas particularmente útil onde a destreza ou mobilidade é um problema e teclado ou uso do mouse é difícil. Estas telas funcionam bem com programas de causa e efeito de tela sensível ao toque.

Habilidade necessária	Nível		
	1	2	3
Audição			
Destreza	1		
Memória	1		
Discurso			
Tátil		2	
Visuais		2	
<i>Nível 1</i>	<i>Habilidade mínima necessária</i>		

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

<i>Nível 2</i>	<i>Habilidade moderada necessária</i>
<i>Nível 3</i>	<i>Boa habilidade necessária</i>

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

11. Palavras e frases básicas em língua gestual

Atualmente, a palavra "sinal" designa qualquer figura gráfica de uso corrente, que tem por função fazer um anúncio. Sinal também é o gesto usado para dar informações. A palavra "sinal" também significa outras formas ou meios diferentes de dar informações, anúncios, indicações e avisos. Além de palavras, podemos dar e reservar informações por outro sinal. Por exemplo, gestos, mímicas, bandeiras etc.

A língua gestual baseia-se na comunicação de gestos e expressões faciais. Normalmente, esta combinação de palavras dirige-se ao sistema luxuriante, completo, complicado, por si só, de sinais manuais e de expressão facial, utilizado por pessoas com dificuldades auditivas.

11.1. Alfabeto internacional de uma mão – gestuno



Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

11.2. Alfabeto português de uma mão



Fonte: <http://lingua-gestual-portuguesa.blogspot.com/2012/05/alfabeto-manual-da-lgp-vs-alfabeto.html>

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.

11.3. Palavras e frases importantes, que podem ser usadas pelos moderadores de suporte para pessoas com deficiência

<https://elearning.dismode.eu/>

Financiado pela União Europeia. No entanto, os pontos de vista e opiniões expressos são exclusivamente da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente os da União Europeia ou da Agência de Execução Europeia para a Educação e a Cultura (EACEA). Nem a União Europeia nem a EACEA podem ser responsabilizadas por elas.