

# 6 DISFRUTAR HACIENDO ALGO

Hay muchas personas que disfrutan **HACIENDO ALGO** “especial” que les gusta mucho y les hace sentirse contentos y relajados.

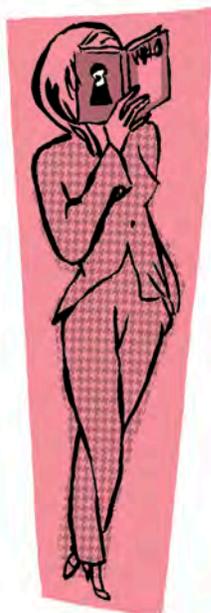
Cuando lo hacen, no se dan cuenta de que el tiempo corre, y podrían pasar horas y horas haciéndolo.



Hay personas que coleccionan objetos (cajas de cerillas, búhos, sellos, muñecas...)



Otras hacen algún tipo de manualidad



Hay personas a las que les encanta leer



O escuchar un tipo de música especial



**A algunas lo que más les gusta es estar con sus amigos**



**A otras, simplemente pasear por la playa**



**Algunas personas construyen edificios con cerillas**



**Otras deshacen relojes para ver cómo funcionan**

## Actividad

¿Y tú? ¿Tienes alguna afición especial?  
¿coleccionas algo?

# Protagonista

A **BEATRIZ** le encanta leer. En su habitación tiene un montón de libros y dice que los ha leído ¡todos! También tiene un secreto: ha empezado a escribir sus propias historias..., pero por el momento, no se las ha enseñado a nadie...

Beatriz es **sordomuda**<sup>5</sup> por lo que no puede oír ni hablar. Al menos como tú y como yo. Ella lo hace a través del “lenguaje de signos” o leyendo los labios. Por eso, cuando hablan con ella siempre la miran a la cara.



# 7 EN LA ESCUELA

¡Ir a la ESCUELA es divertido!, sobre todo porque hay muchos niños y niñas y se hacen un montón de cosas diferentes. Casi todos los niños del mundo van a la escuela, pero los que van:



Aprenden a leer y a escribir



Aprenden cosas muy interesantes sobre el cuerpo humano o sobre la naturaleza



También juegan en el patio



Aprenden música y a tocar un instrumento



Algunos se quedan a comer en la escuela



Hay niños que llegan a la escuela en autobús

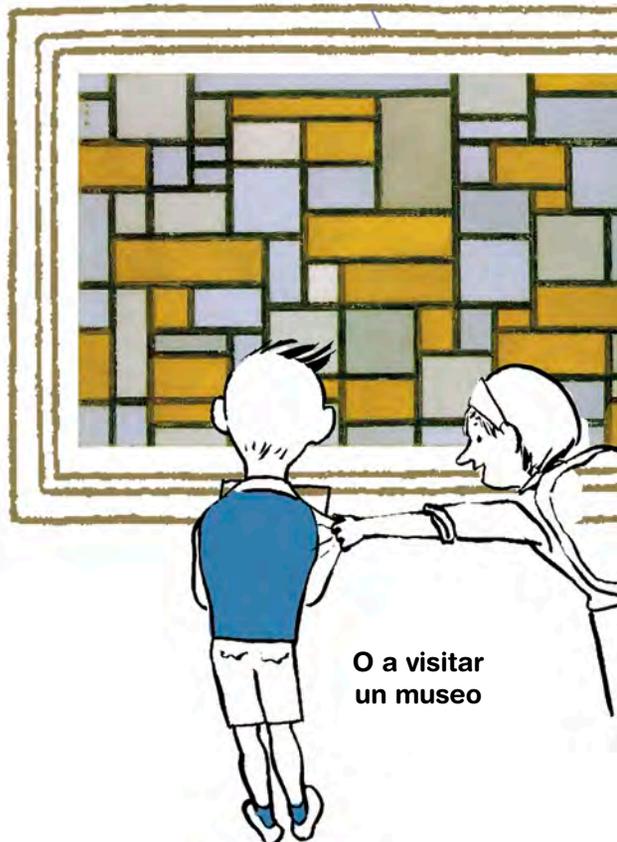


Otros andando con sus hermanos (que van a la misma escuela)

También salen de la escuela para ir de excursión con los compañeros



Se van de campamentos todos juntos durante unos días

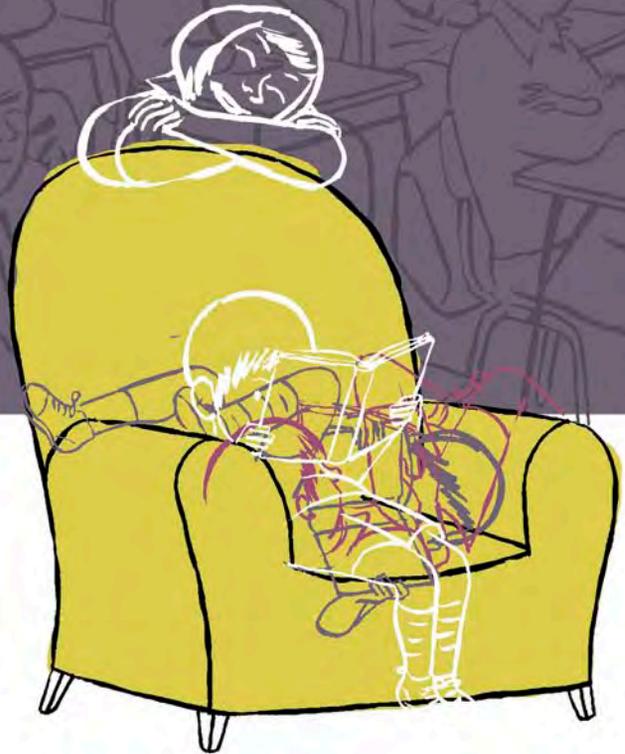


O a visitar un museo

# Protagonista

**PABLO** tiene 8 años y va a la misma escuela que su hermana Marta. A Pablo le encanta ir al cole, sobre todo salir al patio y jugar con sus amigos. También cuando van de excursión o hacen educación física. Pero no le gustan nada las clases de matemáticas e inglés. Le cuesta mucho concentrarse en lo que dice el profesor y muchas veces parece que no escucha.. Además, tampoco le salen muy bien los ejercicios por más que lo intenta. También es algo despistado y muchas veces se olvida de algunas cosas que necesita para hacer las actividades.

Pablo tiene **trastorno por déficit de atención<sup>6</sup>** (TDAH con hiperactividad), por este motivo, se sienta en primera fila de clase y cuenta con una persona que le ayuda en la escuela: se llama Luisa y juntos repasan las tareas de clase.



# 8 A TODO EL MUNDO LE GUSTA JUGAR

Sobre todo a los **NIÑOS** (a las personas mayores, con el tiempo se les va olvidando) y es algo que ocurre en todos los lugares del mundo.



En algunos lugares, los niños construyen sus propios juguetes con lo que encuentran



En otros, van a una tienda a comprarlos



A algunos niños les gustan los juegos movidos



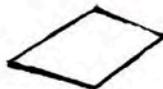
A otros los juegos tranquilos



Unos prefieren jugar con otros niños



Otros prefieren jugar solos





También hay adultos que juegan...  
con sus hijos



O con otros adultos, cuando  
se reúnen para cenar

## Actividad

¿ Cuales son tus juegos preferidos ?  
Dibuja alguno:

# Protagonista

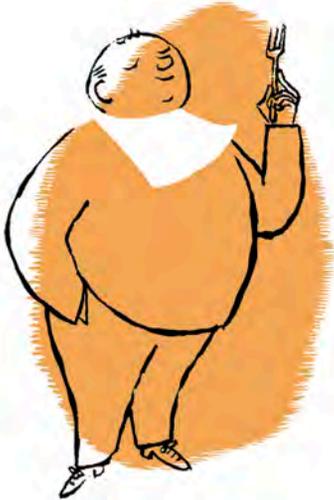
**MARÍA** tiene 10 años y desde que era pequeña, juega a algo que la mantiene muy entretenida y que le encanta: hace “papelitos”. Cuando consigue una hoja de papel, se sienta en cualquier lugar y la va rompiendo en pedacitos muy pequeños hasta que tiene una “montaña”. Entonces, los coge con el puño y los deja caer suavemente muy cerca de su cara (como si hiciera llover).

A María no le interesan demasiado otros juegos: como saltar o correr con otras niñas y niños o jugar con cochecitos. Tampoco le gustan los juegos electrónicos. María tiene **autismo**<sup>7</sup>.



# 9 TODOS NECESITAMOS COMER

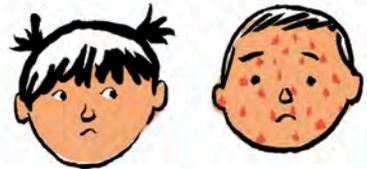
Todas las personas (y los animales, también) necesitamos **COMER** para vivir, crecer y estar sanos y fuertes. Comer bien es algo muy importante para nuestra salud y para algunas personas, comer también es un placer.



Hay personas a las que les gusta mucho comer



Algunas personas son vegetarianas y no comen nunca carne o pescado



Hay algunos niños y niñas que cuando comen fresas o melocotón, les aparecen unas manchas rojas en la piel (tienen una alergia)



Hay personas que por el trabajo que realizan necesitan comer mucho



Hay gente en el mundo que sobre todo, comen arroz (y pocas cosas más)



Otras, con poquito les basta



Hay personas a las que no les gusta nada la verdura



Pero por lo general, a todos los niños les gustan el chocolate, los helados y los caramelos

## Actividad

Escribe o dibuja en cada columna: PARA COMER...

QUÉ ES LO QUE **MÁS**  
TE GUSTA

QUÉ ES LO QUE **MENOS**  
TE GUSTA

# Protagonista

A **JOEL** le encanta el futbol, y siempre que puede está corriendo detrás de una pelota. Forma parte de un equipo y no se pierde ni un partido de su equipo preferido.

Se queda a comer en la escuela, como su hermana Claudia, pero tiene que seguir una dieta especial: cuando era pequeño los médicos les dijeron a sus padres que era **celíaco**<sup>8</sup>, así que no puede comer de todo... Con el tiempo se ha acostumbrado a no comer algunas cosas y a preguntar de qué están hechas. Ya no le cuesta esfuerzo



# 10 DESDE CASI SIEMPRE... EL DEPORTE

Desde hace mucho, mucho tiempo, a las personas les gusta hacer **DEPORTE**. Hay cientos de deportes diferentes para que todas las personas puedan practicar el que más les guste.



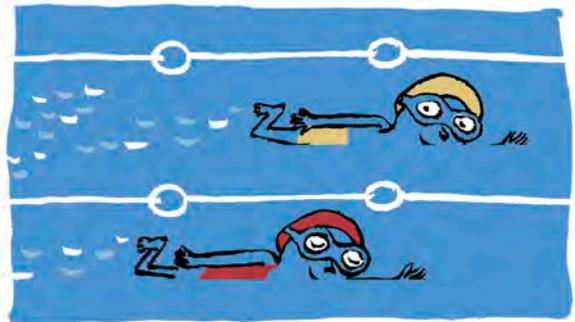
Muchas personas corren largas maratones



Otras personas quedan con sus amigos para salir en bici



Algunos van al gimnasio



Otros prefieren la piscina



Algunas personas prefieren los deportes individuales



Otras los de equipo



Algunos deportes se practican en la nieve



Otros en la playa



Para practicar algunos deportes necesitas estar bien equipado



Para otros casi no necesitas nada

## Actividad

Dibuja tu deporte favorito:

# Protagonista

**NATALIE\***, es una nadadora sudafricana que sufrió la **amputación**<sup>9</sup> de la pierna izquierda tras un accidente de moto en 2001. Además de nadar en los juegos paralímpicos, en 2004 se clasificó para participar en los Juegos Olímpicos de Pekín en la prueba de 10 km en aguas abiertas. Así cumplió su sueño: competir en unas olimpiadas junto a personas sin discapacidad.



\*Nathalie Du Toit

# 11 TODOS SOMOS CAPACES DE TRABAJAR

Los niños sueñan con lo que “van a ser” cuando sean mayores: médicos, jardineros, conductores de autobús,... y es que a lo largo de la vida dedicamos mucho tiempo a **TRABAJAR**. Hay muchos trabajos y ocupaciones entre los que escoger:



Se puede trabajar en una oficina



O al aire libre



Se puede tener un trabajo que implique viajar mucho



O trabajar sin moverse de casa



Hay trabajos solitarios



Hay trabajos que te permiten conocer a mucha gente



En algunos trabajos te ensucias más que en otros



Para algunos trabajos se tiene que estudiar mucho



Para otros no tanto

## Actividad

JUEGO:

A través de la mímica puedes jugar con alguien a adivinar las profesiones. SIN decir una sola palabra, sólo con gestos.



# Protagonista

**EVA** trabaja sólo por las mañanas, se ocupa de las plantas que hay expuestas en el vivero donde trabaja. Depende del día ordena las macetas, las cambia de sitio, las riega cuando hace falta o les quita las hojas secas. A Eva le gusta su trabajo: no se siente agobiada porque no tiene que hacerlo deprisa, puede ir a su ritmo y, sobre todo, está al aire libre (dice que si trabajara en un lugar cerrado, se marchitaría).

Eva tiene una **enfermedad mental**<sup>10</sup>.



# ALGUNAS PERSONAS CON **DISCAPACIDAD** QUE QUIZÁS CONOZCAS...



## **VINCENT VAN GOGH - 1853- 1890**

Era un magnífico pintor holandés que tuvo una gran influencia en el arte del siglo XX. Trabajó casi sin descanso : 900 cuadros y 1.600 dibujos en solo 9 años. Además de las 800 cartas que escribió a su hermano (que además era su gran amigo)

Vincent Van Gogh estuvo ingresado en un hospital psiquiátrico en más de una ocasión, a pesar de eso, no dejaba de trabajar: pintando el jardín del hospital o lo que podía ver desde la ventana. Pero estaba muy triste, se sentía solo y sin fuerzas. Murió muy joven, a los 37 años. A pesar de la belleza de sus cuadros, sólo se reconoció el valor que tenían 11 años después de su muerte (mientras vivió solo vendió 1).

**Van Gogh tenía una enfermedad mental.**

## **LUDWIG VAN BEETHOVEN 1770-1827**

Fue un gran compositor, director de orquesta y pianista alemán. Ya de pequeño mostró grandes dotes para la música, especialmente con el piano: a los 8 años dio su primer concierto. Beethoven es considerado como uno de los más grandes compositores de la historia.

A los 26 años, Beethoven comenzó a perder su audición, pero a pesar de eso, se sumergió en su trabajo y creó algunas de las más grandes obras de la música, sabiendo que su enfermedad se iba haciendo peor con el tiempo, se zambulló de lleno en el trabajo componiendo excepcionales sonatas para piano, y Sinfonías. Al final, se quedó con una discapacidad auditiva pero no abandonó nunca su música.

**Beethoven era sordo**

## **FRIDA KAHLO 1907- 1954**

Ella pintó con colores vibrantes influenciados por la cultura de México. Fue la primera artista mexicana de siglo XX cuya obra fue adquirida por un museo internacional.

Kahlo contrajo poliomelitis a los seis años, lo cual dejó su pierna derecha más delgada que la izquierda (ella lo disimulaba con faldas de colores). Más adelante, cuando tenía 25 años, tuvo un terrible accidente de tranvía que la dejó con graves lesiones. El dolor que sentía era intenso y pasó muchas temporadas en el hospital o en la cama. Parece que se aburría, y en la cama empezó a pintar. Finalmente, gracias a su gran energía y ganas de vivir, Frida volvió a caminar, aunque sus dolores persistieron hasta el fin de su vida.

**Frida Kahlo tenía una discapacidad física (Poliomielitis)**





### **STEVIE WONDER**

Es un cantante, compositor, productor discográfico y músico estadounidense. Ha grabado grandes éxitos de ventas y ha recibido numerosos premios. Wonder es ciego desde la infancia y toca diversos instrumentos como la batería, el bajo, las congas, y, especialmente el piano, la armónica y el teclado. Es un genio musical, por ello ha sido incluido en el Salón de la Fama del Rock and Roll de los compositores famosos.

**Stevie Wonder tiene una discapacidad sensorial**

### **STEPHEN HAWKING 1942**

Stephen William Hawking es físico, cosmólogo y divulgador científico del Reino Unido. Ha hecho grandes descubrimientos y estudiado los agujeros negros (entre otras cosas). Tiene una carrera brillante por la que hasta hoy, ha recibido numerosos premios. Cuando tenía 21 años, le diagnosticaron una enfermedad neuronal motora: la esclerosis lateral amiotrófica (ELA). Su estado se deterioró rápidamente y los médicos dijeron que no sobreviviría más de dos o tres años. Pero no ocurrió así. Hawking ha ido perdiendo gradualmente el uso de sus brazos, las piernas y la voz, y desde 2009 está casi completamente paralizado, pero nunca ha dejado de trabajar, publicar e investigar. La silla de ruedas que utiliza actualmente, está controlada por un ordenador que maneja a través de leves movimientos de cabeza y ojos, y también le permite seleccionar palabras y frases en su sintetizador de voz.

**Stephen Hawking tiene una discapacidad física**

### **MIGUEL DE CERVANTES SAAVEDRA (1547 – 1616)**

Fue soldado, novelista, poeta y dramaturgo español, pero sobretodo es universalmente conocido por haber escrito Don Quijote de la Mancha. Cuando fue niño, acompañaba a su padre, que era médico, para hacerle de intérprete con sus pacientes, ya que era sordo. A Cervantes también se le conoce con el apodo de el manco de Lepanto, ya que a raíz de una batalla (en Lepanto) un trozo de plomo le seccionó un nervio de la mano izquierda y esta perdió todo movimiento.

**Miguel de Cervantes tenía una discapacidad física.**

### **NEMO**

Nemo fue capturado por un buceador. El pobre terminó en la pecera de la consulta de un dentista. El padre de Nemo, con la ayuda de un simpático pero despistado pez llamado Dory (con problemas de memoria), inició un peligroso viaje. Así, el padre de Nemo acabó convirtiéndose en el héroe de una verdadera aventura cuyo fin era rescatar a su hijo, que por su parte intentaba hacer un plan para volver sano y salvo a casa.

**Nemo tiene una discapacidad en una aleta** (pero eso no le impide ser como los demás peces y que todos lo quieran).



# DISCAPACIDADES

La palabra **DISCAPACIDAD** significa que hay una limitación en alguna de las capacidades que tenemos todas las personas: hablar, caminar, relacionarnos, comportarnos cuando estamos junto a otras personas, ver, oír... Esta limitación (que puede ser debida a que, por ejemplo, alguna parte de nuestro cuerpo está dañada y no funciona bien) implica que la persona que la sufre tenga dificultades para hacer algo o bien, no pueda hacerlo como el resto.

Por este motivo hablamos de **personas** con discapacidad, nunca de discapacitados: porque a pesar de que alguien pueda tener una limitación para ver, por ejemplo, tiene otras muchas capacidades: puede caminar, oír, jugar, trabajar...

Hay diferentes tipos de discapacidades, en este libro, has visto algunas que ahora te vamos a contar.

## **SÍNDROME DE DOWN**

Se trata de un trastorno genético (que ocurre mucho antes del nacimiento) causado por la presencia de una copia extra del cromosoma 21 (hay uno de más). Las personas con Síndrome de Down tienen unos rasgos físicos peculiares que hacen que se les reconozca fácilmente, pero no son todos iguales! Cada uno tiene sus gustos y capacidades.

## **PLURIDISCAPACIDAD**

Una persona con pluridiscapacidad tiene múltiples discapacidades a la vez: puede tener dificultades para andar o moverse, para ver, para comunicarse...e incluso puede tener problemas importantes de salud. A pesar de todo, las personas con pluridiscapacidad se alegran, se enfadan, se divierten o se aburren...y muchas otras cosas. Además, con el apoyo de algunas ayudas técnicas, se mueven y se comunican.

## **LESIÓN MEDULAR**

La médula espinal es el camino que los mensajes usan para viajar entre el cerebro y las diferentes partes del cuerpo, está dentro de la columna vertebral. Cuando sufre algún tipo de lesión (con un accidente, por ejemplo) puede provocar una pérdida de sensibilidad y/o de movilidad en alguna parte del cuerpo (depende de la gravedad afectará a más partes o menos).

## **CEGUERA**

La ceguera ocurre cuando una persona no puede ver, aunque existen diferentes tipos dentro de la discapacidad visual: hay personas que ven muy poco y otras que no ven nada en absoluto. Una persona puede estar ciega por diferentes motivos: porque lo es desde el nacimiento o porque ha tenido alguna enfermedad o accidente. Las personas que no pueden ver desarrollan al máximo otras capacidades, en este caso, el oído.

## **SORDOMUDEZ**

Las personas sordomudas son aquellas que no han desarrollado o han perdido la capacidad auditiva y vocal al mismo tiempo. Para ayudar a estas personas a comunicarse utilizan el lenguaje de signos y el lenguaje labial para comunicarse. Muchas veces intentamos hablarles muy alto pero no te esfuerces pues no te escucharán. Es importante que vocalices bien y les mires a la cara cuando hables.

## **TRANSTORNO POR DEFICIT DE ATENCIÓN CON HIPERACTIVIDAD (TDAH)**

A los niños con este trastorno, les cuesta prestar atención, concentrarse o permanecer sentados, especialmente cuando están nerviosos o excitados. Hiperactividad significa que hay mucha actividad. Esto no sólo les ocurre en la escuela, sino que también se comportan así en casa, en el parque. Los niños con hiperactividad tienen mucha energía.

## **AUTISMO**

El autismo, es un trastorno que afecta al desarrollo de las capacidades que utilizamos para relacionarnos con los demás, para comprender y para comunicarnos.

Las personas con autismo, pueden comportarse de manera extraña ante situaciones que no comprenden, o cuando se sienten desbordados (Mostrándose agresivos hacia sí mismas o hacia las demás personas, llorando sin motivo aparente o quedándose muy quietos).

## **CELIAQUÍA**

La celiacía es una intolerancia a la proteína de origen vegetal que se llama gluten. Tienen gluten cereales como el trigo, la cebada, la avena y el centeno, que a su vez se encuentran en muchos alimentos (como el pan, la pasta, las galletas...). Las personas que son celiacas, no pueden tomarlo, y si lo hacen se sienten muy mal y les duele la barriga. Por eso, acostumbran a leer muy atentamente los ingredientes de todo lo que compran y comen (para asegurarse de que no lleva gluten).

## **AMPUTACIÓN**

Una amputación es el resultado de la separación de una parte del cuerpo: un dedo, un brazo o una pierna... Puede ser debido a un accidente o una enfermedad o congénita. En algunos casos, la parte del cuerpo que no está, puede ser sustituida por una "prótesis".

## **ENFERMEDAD MENTAL**

Este tipo de enfermedades (existen de diferentes tipos, como la depresión, la esquizofrenia, la depresión o la esquizofrenia afectan a las emociones, a los pensamientos y al comportamiento de las personas que las sufren. Fundamentalmente, hacen que la persona se sienta "muy mal" consigo misma o con el entorno que la rodea, al menos durante un tiempo. Existen tratamientos que pueden ayudar a las personas con una enfermedad mental a sentirse mejor.



**Texto**

© 2011 Àngels Ponce

**Ilustraciones**

© 2011 Miguel Gallardo

**Diseño gráfico**

Damien Filliatre

**Coordinación**

BANG Ediciones  
bangediciones.com

Impreso en Barcelona por Liberduplex.

Esta Guía ha sido elaborada por OHL y Fundación Adecco para la sensibilización y el acercamiento de valores que ayuden a la integración de las personas con discapacidad en la sociedad. Este material, cuyo uso y explotación es de OHL y Fundación Adecco, puede ser utilizado y reproducido siempre y que tenga una finalidad educativa y/o de sensibilización y en ningún caso con un fin comercial.

Puedes descargar el documento en PDF  
en el apartado de publicaciones de:

[www.fundacionadecco.es](http://www.fundacionadecco.es)



# DIFERENTES

La vida es mágica porque siempre puedes descubrir en ella cosas que te sorprendan, que rompan la rutina y venzan las barreras de la discriminación, el estereotipo, la indiferencia... Esta guía ilustrada dibuja una realidad que no siempre es fácil, pero que sin embargo, llena el mundo de valor, de coraje y hace que la vida y nuestro mundo sea un lugar mejor. Cada dibujo, cada palabra de esta guía ilustrada habla de ti y de mí, de tus amigos, tus compañeros de trabajo, tu familia, habla de nosotros, habla de todos, de nuestras diferencias, de aquellas que nos hacen únicos e imprescindibles y de aquellas cosas que nos hacen iguales.

Fundación Adecco y OHL hemos hecho esta guía ilustrada para invitaros a leerlo con vuestros hijos y a profundizar en familia en el concepto de diversidad y discapacidad, y así, entre todos, podamos hacer frente a las barreras que existen en nuestra sociedad alrededor de las personas con discapacidad. Leyendo esta guía ilustrada con tus hijos, con tus nietos, tus sobrinos, los hijos de tus amigos,... estarás ayudando a que las personas con discapacidad mejoren su vida y a que la diversidad dibuje cada día un mundo mágico.

