



GOVERNO DO ESTADO  
RIO DE JANEIRO

# MANUAL BOAS PRÁTICAS DE INCLUSÃO



Subsecretaria de  
Políticas Inclusivas



# Subsecretaria de **Políticas Inclusivas**



**GOVERNO DO ESTADO  
RIO DE JANEIRO**



**MANUAL**

**BOAS PRÁTICAS**

**DE INCLUSÃO**

Olá!

## Este é o mapa boas práticas de inclusão.



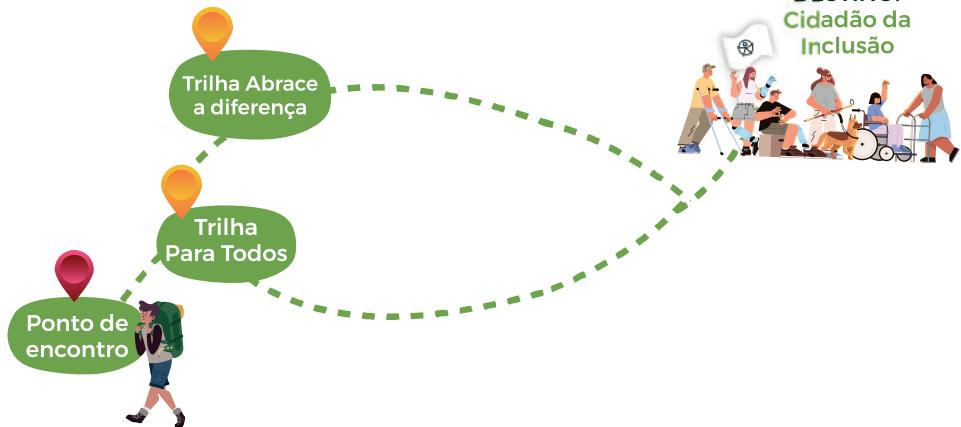
Seu objetivo é encontrar o cidadão da inclusão para divulgar as boas práticas pelo Rio de Janeiro!

Juntos, será bem mais rápido!

### Se liga na acessibilidade do caminho!



DESTINO:  
Cidadão da  
Inclusão



**1- Vá ao Ponto de Encontro.** Depois siga pelas trilhas. Você terá duas opções:

**2- Trilha Para Todos.**

**3- Trilha Abrace a Diferença.**

#### Regra das trilhas:

Você pode começar por qualquer trilha, mas tem que passar por todas para ganhar habilidades inclusivas.

Cada trilha tem dicas para que você encontre o cidadão da inclusão. Ele espera por você no destino.

**4- No Destino,** vocês irão JUNTOS levar as boas práticas de inclusão para todos no RJ.

# Índice - Mapa Boas Práticas de Inclusão

## Ponto de Encontro

1- Inclusão para Todos.....11

## Trilha Para Todos

2- Pessoas com diversidade funcional .....14

3- Deficiência: uma característica.....15

3.1- Deficiência não é doença.....15

3.2- Deficiência Invisível.....16

3.3- Critérios que definem uma deficiência.....17

4- Acessibilidade: uma questão de atitude!.....18

4.1- Dimensões da acessibilidade.....19

5- Capacitismo e discriminação.....21

5.1- Diferença entre capacitismo e discriminação.....22

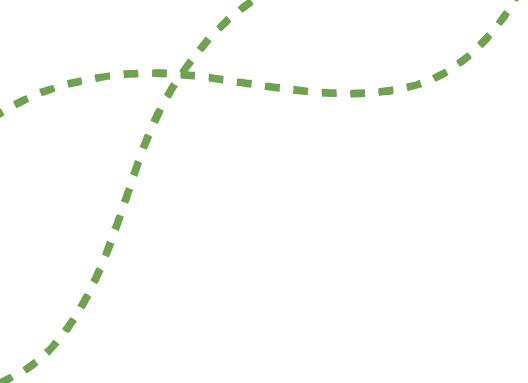
6- Direitos para todos: a garantia da inclusão .....23

6.1- Conheça algumas leis importantes para pessoas com deficiência.....24



## Trilha Abrace a Diferença

7- Dicas para boas práticas de inclusão.....	27
7.1- Dicas universais .....	28
7.2- Dicas específicas.....	31
7.2.1- Cidadão com deficiência física-motora.....	32
7.2.1.1- Usuário de andador ou muletas.....	34
7.2.1.2- Usuário de cadeira de rodas.....	35
7.2.1.3- Usuário de bolsa de ostomia.....	36
7.2.1.4- Cidadão com nanismo.....	37
7.2.1.5- Cidadão com paralisia cerebral .....	39
7.2.2- Cidadão com deficiência sensorial.....	40
7.2.2.1- Cidadão com deficiência auditiva.....	41
7.2.2.2- Cidadão com deficiência visual.....	43
7.2.2.2.1- Cidadão com visão monocular.....	44
7.2.2.2.2- Cidadão com baixa visão.....	45
7.2.2.2.3- Cidadão com cegueira.....	46
7.2.2.3- Cidadão com deficiência auditiva e visual.....	49
7.2.2.3.1- Cidadão com surdocegueira.....	49
7.2.3- Cidadão com deficiência intelectual.....	51
7.2.4- Cidadão com deficiência mental ou psicossocial.....	52
7.2.5- Cidadão com autismo e outras neurodivergências .....	53
7.2.6- Cidadão com deficiência múltipla .....	55
7.2.7- Cidadão com mobilidade reduzida .....	56
7.2.8-Cidadão com doença rara.....	57



## **Destino**

<b>8- Você encontrou o cidadão da inclusão.....</b>	<b>59</b>
<b>9- Conclusão.....</b>	<b>61</b>



# PONTO DE ENCONTRO



## 1- Inclusão para Todos

Inclusão para todos é um princípio fundamental que envolve a criação de oportunidades e a remoção de barreiras que possam impedir a participação plena de cada indivíduo na sociedade. Por isso é importante compreender que o conceito de interseccionalidade indica sobreposição ou intersecção de identidades sociais e sistemas relacionados de opressão, dominação e segregação. Conhecer as múltiplas formas de discriminação que as pessoas com deficiência enfrentam contribui de forma mais eficaz para a redução das barreiras e desigualdades sociais.

Ao adotarmos uma abordagem inclusiva, estamos construindo uma sociedade acolhedora para cada pessoa, independente de suas características individuais. Portanto, não importa a deficiência, a raça, a religião, o gênero, a orientação sexual ou a identidade de gênero, a inclusão deve ser um objetivo comum em nossa sociedade, onde todas as pessoas se sintam valorizadas e respeitadas.

Atuar em prol da inclusão significa reconhecer a diversidade como uma força social. Sendo assim, é urgente conscientizar a população sobre a importância da acessibilidade atitudinal.

O Manual Boas Práticas de Inclusão surge como uma importante ferramenta na difusão do conhecimento e socialização de informações que promovem a inclusão e os direitos das pessoas com deficiência no estado do Rio de Janeiro.

**A Subsecretaria de Políticas Inclusivas acredita na transformação de atitudes através da implementação de políticas públicas transversais, do diálogo e da conscientização social.**

**TODOS EM TODOS OS ESPAÇOS!**

**Nosso objetivo é promover  
Políticas Inclusivas para Todos!**

**Vem com a gente!  
Siga a Trilha Para Todos!  
O cidadão da inclusão espera por você!**



# TRILHA PARA TODOS

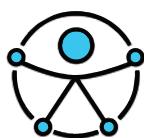


## 2- Pessoas com diversidade funcional

Por esse conceito compreende-se que todas as pessoas possuem habilidades e limitações diferentes, e que essas diferenças não devem ser vistas como obstáculos para a inclusão social.

A abordagem da diversidade funcional valoriza a acessibilidade, a adaptação do ambiente e a promoção da autonomia e da independência das pessoas com deficiência. Busca respeitar a capacidade de cada indivíduo de agir de maneira única e peculiar.

As diferenças funcionais não devem ser vistas como limitações, mas sim como uma variedade de habilidades e maneiras de interagir com o mundo.



Reconhecer a diversidade funcional da pessoa com deficiência é essencial para a construção de uma sociedade inclusiva.

### 3- Deficiência: uma característica

#### 3.1- Deficiência não é doença!

Congênita

Adquirida

Quando a pessoa  
nasce com a deficiência.

Resultante de algum  
acidente ou doença.

Ou seja, todo mundo nasce... acidentes e doenças  
acontecem a toda hora...

Percebe o quanto faz sentido aprender as boas práticas  
de inclusão?

**Aprenda mais!**

Observe os critérios que definem  
uma deficiência.



### 3.2- Deficiência Invisível

Deficiência invisível ou oculta refere-se a uma limitação funcional que não é claramente percebida no indivíduo.

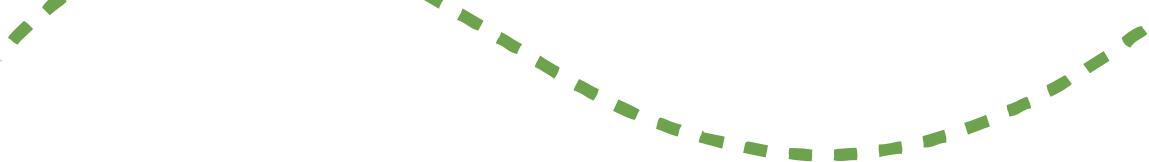
São aquelas que não podemos observar de imediato como a deficiência sensorial, intelectual, psicossocial, algumas neurodivergências, bem como algumas deficiências físicas.

É importante reconhecer e respeitar a diversidade funcional, garantindo que toda pessoa com deficiência tenha igualdade de oportunidades para exercer, por exemplo, o direito à prioridade no atendimento e ao uso do assento reservado. O cordão de girassol é um recurso que colabora na identificação da pessoa com deficiência oculta.

**Fique atento!**



**Símbolo nacional de identificação das pessoas com deficiências ocultas.**



### 3.3- Critérios que definem uma deficiência

#### Incapacidade

É uma característica pontual da pessoa, não devendo servir para julgamentos de incapacidade absoluta.

**A incapacidade de um surdo é somente não ouvir, a de um cego, somente não enxergar.**

#### Permanência

Condição que impõe continuidade vitalícia à incapacidade.

**Uma pessoa com amputação de membros terá sempre essa condição.**

#### Incurável

Se tem cura não é deficiência.

**A deficiência intelectual e o autismo não são doenças, portanto, não têm cura.**



Maravilha! Você aprendeu muito até aqui.  
Continue na Trilha Para Todos !

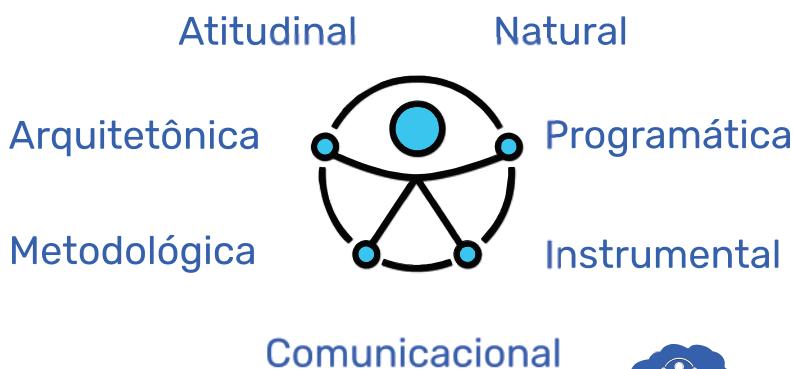
Acessibilidade é uma questão de atitude.  
**Saiba mais!**



## 4- Acessibilidade: uma questão de atitude!

Acessibilidade é tornar acessível todo e qualquer conteúdo, serviço, lugar ou produto, garantindo que todos tenham condições iguais de participar plenamente na sociedade, independente de suas habilidades físicas, sensoriais ou cognitivas.

A acessibilidade pode ser considerada pelas seguintes dimensões (Sassaki, 2006):



Continue para saber mais sobre cada uma das acessibilidades.



## 4.1- Dimensões da acessibilidade

### Acessibilidade arquitetônica

**É o acesso sem barreiras em edificações, tanto em seu interior quanto em seu entorno.**

Base legal: Constituição Federal, art. 227, § 2º e art. 244; Lei nº 10.098 de 2000 e Lei nº 13.146 de 2015.

### Acessibilidade atitudinal

**É o acesso sem a interferência de atitudes capacitistas, preconceituosas ou discriminatórias.**

Base legal: Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência-ONU 2006, art. 8º, item 1, alínea “a”, ítem 2, alínea “a-i,ii” e alíneas “c” e “d”; e art. 3º, inciso IV, alínea “e” da Lei nº 13.146 de 2015.

### Acessibilidade comunicacional

**É o acesso sem barreiras na comunicação, podendo ser interpessoal, face a face, por escrito ou a distância.**

Base legal: Decreto Legislativo de 2008; Lei nº 7.405 de 1985, Lei nº 8.160 de 1991, Lei nº 10.098 de 2000 e Dec. nº 5.296 de 2004; e art. 3º, V da Lei nº 13.146 de 2015.

### Acessibilidade instrumental

**É o acesso sem barreiras nos instrumentos, objetos e tecnologias utilizados em qualquer atividade.**

Base legal: Base legal: art. 3º, inciso VI da Lei nº 13.146 de 2015.



## Acessibilidade metodológica

**É o acesso sem barreiras nos métodos, teorias e técnicas empregados em qualquer atividade.**

Base legal: art. 27 a 39 da Lei nº 13.146 de 2015.

## Acessibilidade natural

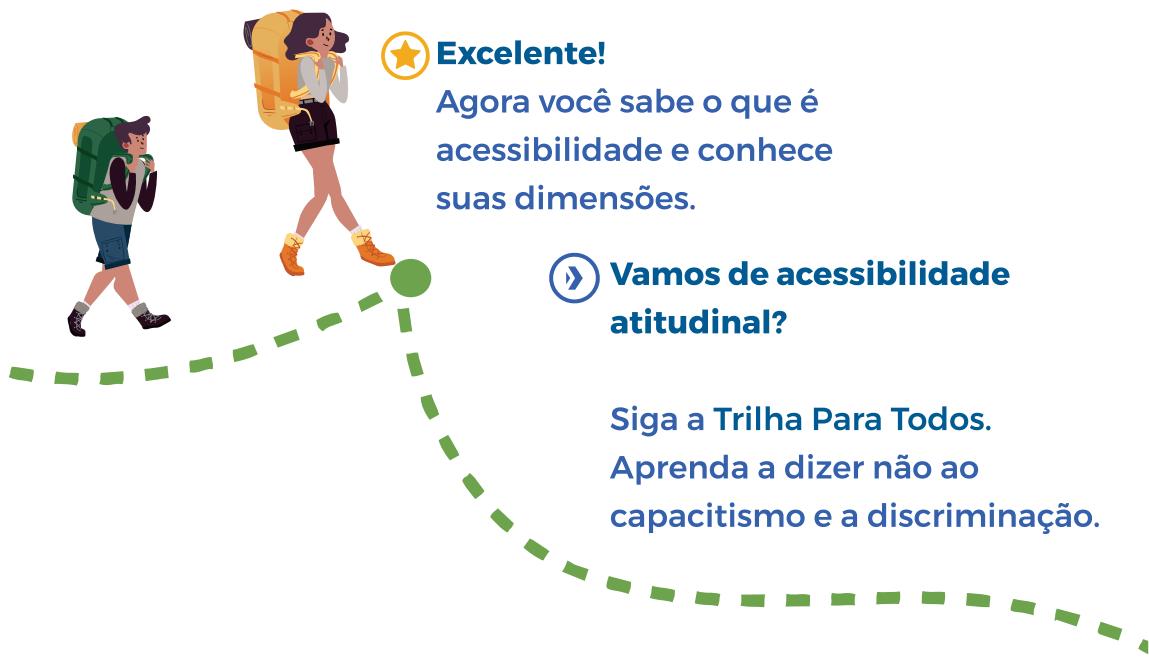
**É o acesso sem barreiras nos espaços naturais em terras e águas públicas ou privadas.**

Base legal: Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência, ONU 2006, arts. 9-1, 25 caput-c, 26-1-b; e art. 3º, inciso IV da Lei nº 13.146 de 2015.

## Acessibilidade programática

**É o acesso sem barreiras nos textos normativos, como leis, avisos, notícias, regulamentos etc.**

Base legal: Decreto Legislativo nº 186 de 2008 e diversos tratados internacionais.



## 5- Capacitismo e Discriminação

### Capacitismo

Cria estereótipos negativos, desigualdades e exclusões para as pessoas com deficiência.

Surge de um comportamento negativo, que valoriza somente a capacidade plena do indivíduo, sem considerar a sua diversidade funcional, limitando as oportunidades para as pessoas com deficiência.

Ex.: “É tão bonita que nem parece ter deficiência.”

### Discriminação

A discriminação em razão da deficiência é toda forma de distinção, restrição ou exclusão, por ação ou omissão, que tenha o propósito ou o efeito de prejudicar, impedir ou anular o reconhecimento ou o exercício dos direitos e das liberdades fundamentais das pessoas com deficiência. (§ 1º do art. 4º da Lei nº 13.146 de 2015)

Ex.: “Não carrego passageiro com cadeira de rodas em meu táxi.”



## 5.1- Diferença entre capacitismo e discriminação

Capacitismo é a expressão de um preconceito que, na maioria das vezes, não tem a intenção de atingir a pessoa com deficiência.

Já a prática da discriminação é intencional, caracterizada como crime descrito em lei com pena de prisão. As penalidades para quem praticar, induzir ou incitar discriminação de pessoa, em razão de sua deficiência, estão previstas nos artigos 88 a 91 da Lei nº 13.146 de 2015.

**Isso é capacitismo:**

“Como você consegue trabalhar sendo cego?”



**Isso é discriminação:**

“Minha empresa não contrata pessoas cegas.”



**Agora você já sabe como não agir.**  
Conscientize a todos!



**Siga o mapa!** Continue na Trilha Para Todos e entenda como as leis garantem a inclusão.

## 6- Direitos para todos, a garantia da inclusão

**A lei é fundamental para garantir a inclusão social.**

Todos são iguais perante a lei. Por isso, ninguém deve ser excluído ou discriminado quando se trata do acesso a direitos garantidos por lei. (art. 5º da Constituição Federal de 1988)

**Seja um cidadão da inclusão!**

Os conselhos têm por objetivo exercer o controle social das políticas públicas, visando o monitoramento da garantia de direitos e a autonomia e independência das pessoas com deficiência, no âmbito da administração pública municipal, estadual e federal.



**Foco na participação!**

Mantenha-se na Trilha Para Todos e conquiste ferramentas para garantir direitos.



## 6.1- Conheça algumas leis importantes para pessoas com deficiência

**Lei 7.405**

**Símbolo internacional de acesso**

Lei n° 7.405, de 12 de novembro de 1985.

**Lei 8.213**

**Lei de cotas - inclusão no mercado de trabalho**

Lei n° 8.213, de 24 de julho de 1991.

**Lei 8.742**

**Lei Orgânica da Assistência Social (LOAS)**

Benefício da prestação continuada (BPC)

Lei n° 8.742, de 07 de dezembro de 1993.

**Lei 8.899**

**Passe livre no transporte coletivo interestadual**

Lei n° 8.899, de 29 de junho de 1994.

**Lei 8.989**

**Compra de automóveis - isenção do IPI**

Lei n° 8.989, de 24 de fevereiro de 1995.



**Continue sua caminhada!**

Conheça mais leis voltadas para a garantia de direitos.



Lei 10.048	<b>Prioridade no atendimento</b> Lei nº 10.048, de 08 de novembro de 2000.
Lei 10.098	<b>Promoção da acessibilidade</b> Lei nº 10.098, de 19 de dezembro de 2000.
Lei 12.711	<b>Lei de cotas - ingresso nas universidades</b> Lei nº 12.711, de 29 de agosto de 2012.
Lei 13.146	<b>Lei brasileira de inclusão</b> Lei nº 13.146, de 06 de julho de 2015.
Lei 14.597	<b>Lei geral do esporte - bolsa atleta</b> Lei nº 14.597, de 14 de junho de 2023.



**Parabéns!**  
Você chegou ao fim da  
Trilha Para Todos.  
Concluiu metade do mapa  
boas práticas de inclusão!



Uhuuu! Está na hora de  
aumentar o nível de  
dificuldade.

**Vem com a gente pela  
Trilha Abrace a Diferença!  
Conheça as dicas de boas  
práticas universais e específicas.**

# TRILHA

# ABRACE A DIFERENÇA

Abrace a  
diferença

TRILHA ABRACE  
A DIFERENÇA

TRILHA  
PARA TODOS



## 7- Dicas para boas práticas de inclusão

Para falar e agir corretamente, você precisa conhecer boas práticas de inclusão. Nós vamos te ajudar!

Pense que a boa prática está dividida em duas categorias: **universal e específica**.

boa  
prática  
universal

Você pode usar as mesmas dicas inclusivas para todas as pessoas, independente da sua diversidade funcional.

boa  
prática  
específica

Você precisa usar dicas diferentes para determinada pessoa com certo tipo de deficiência.



**Beleza!** Você já decorou os conceitos...

Agora, não se perderá na Trilha Abrace a Diferença.

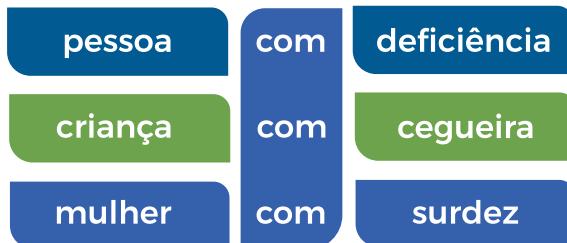
Encontre as dicas universais e específicas para saber falar e agir de forma inclusiva. Só assim você vai encontrar o cidadão da inclusão.



## 7.1- Dicas universais

**É uma boa prática falar corretamente para se comunicar.**

**Pratique! Siga a regra e fale:**



**Seja um cidadão da inclusão!**

**Durante uma conversa**

**Não fale:** “portador de deficiência”,  
“pessoa deficiente”, “pessoa especial”  
ou “pessoa portadora de necessidade  
especial”.

**Não use a sigla PCD para falar sobre  
alguém, pois não é o nome da pessoa.  
Mas ao escrever, você pode usar a sigla  
para abreviar o texto.**

**É uma boa prática ter atitude inclusiva.**

***Deixe livre os locais reservados:***

Vaga de estacionamento, rampa de acesso, assento, piso tátil e banheiro adaptado são para o uso prioritário das pessoas com deficiência ou com mobilidade reduzida.

***Converse diretamente com a pessoa com deficiência:***

Você será avisado, se for o caso, da necessidade de falar com o acompanhante.

***Ofereça ajuda e pergunte a pessoa como pode auxiliá-la:***

Se ela recusar, não se aborreça. É porque não precisa de ajuda. Se aceitar, siga as orientações da própria pessoa.

***Peça permissão para movimentar ou tocar na pessoa ou em seus equipamentos:***

Cadeira de rodas, andador, muleta e bengala são como uma extensão do corpo da pessoa com deficiência. Respeite isso!





**Assista aos jogos paralímpicos e expressões culturais:**

Prestigie os atletas e os artistas com deficiência. E para cada atividade, respeite as regras direcionadas ao público.

Ex.: fazer silêncio no jogo de futebol para cegos.

**Não julgue, seja mais tolerante:**

Respeitar a diversidade humana significa aceitar o outro com as suas diferenças.

⭐ **Legal!** Agora você pegou a energia da atitude inclusiva!

» **Siga na Trilha Abrace a Diferença.**  
As dicas específicas estão demais!



## 7.2- Dicas específicas

A diversidade funcional da pessoa com deficiência varia conforme cada indivíduo e por isso sua atitude inclusiva também tem que ser diferente.

Siga a Trilha Abrace a Diferença para ver as dicas específicas. Mas, pra não se perder, dê uma olhada nas placas de orientação:

Dicas Específicas para cidadão com:



deficiência física-motora

autismo e outras neurodivergências

deficiência sensorial

deficiência múltipla

deficiência intelectual

mobilidade reduzida

deficiência mental ou psicossocial

doença rara

SIGA

» Agora que você visualizou o trajeto,  
siga em frente!

### ! Saiba mais!

**É quando há mobilidade reduzida, falta ou imobilidade de membros. Pode ser causada por doença, alteração genética, idade avançada, acidente de trânsito, ferimento por arma de fogo, queda de altura, mergulho em praia, piscina ou cachoeira, queda de objeto sobre o corpo, entre tantas outras situações.**

**Se liga na prevenção!**



### Seja um cidadão da inclusão!

**No trânsito, “ se beber não dirija!”, mantenha distância segura, respeite as faixas exclusivas para pedestres e motociclistas, e não avance o sinal. Proteja a vida!**

**Na rua, fique atento por onde anda e use o bom senso. Cuidado com buracos, evite passar embaixo de prédios em obra e atravesse na faixa. Evite acidentes!**

**Vamos evitar o que dá para ser evitado. Seja prudente!**



### Agora segue a gente!

**Fique na Trilha Abrace a Diferença. Saiba mais sobre a pessoa com deficiência física-motora.**

## Se liga na diferença!

Veja dicas específicas de boas práticas para ser mais inclusivo com as pessoas com deficiência física-motora.

Fique de olho nas placas de orientação:

Cidadão com deficiência  
física-motora

usuário de andador  
ou muletas

usuário de cadeira  
de rodas

usuário de bolsa de  
ostomia

com nanismo

com paralisia  
cerebral



Escolha uma rota e  
siga em frente!

## 7.2.1.1 Cidadão Usuário de Andador ou Muletas

### Seja um cidadão da inclusão!

#### Ao falar

**Não toque o ombro, empurre ou puxe a pessoa pela mão para não causar desequilíbrio e queda.**

**Diga:** usuário de muletas ou pessoa com mobilidade reduzida. Nunca use apelidos, palavras negativas ou ofensivas. Isso é **capacitismo!**



#### Ao acompanhar

**Ande no ritmo da pessoa.**



### Garantias!

**Estabelece critérios de acessibilidade.**

Lei Federal nº 10.098, de 19 de dezembro de 2000.

**Lei brasileira de inclusão.**

Lei Federal nº 13.146, de 06 de julho de 2015.

## 7.2.1.2 Cidadão Usuário de Cadeira de Rodas

### Ao falar



**Fique de frente.**

Sente-se ou abaixe-se quando for possível, para ficar no mesmo nível da pessoa.

Nas conversas em grupo, inclua todos no diálogo.

### Ao conduzir

Pergunte como pode ajudar antes de colocar a mão na cadeira de rodas.

Ao descer uma rampa ou meio-fio, use a marcha ré para evitar que a pessoa desequilibre e caia para a frente.



Ao subir um degrau ou ressalto, incline a cadeira para trás levantando as rodinhas da frente.



Para descer ou subir escadas, peça ajuda para mais pessoas.

### Garantias!



**Símbolo internacional de acesso.**

Lei nº 7.405, de 12 de novembro de 1985.

### 7.2.1.3 Cidadão Usuário de Bolsa de Ostomia

! É a pessoa que passou por uma cirurgia para a abertura de um orifício no abdômen para que a saída de fezes ou urina seja coletada por uma bolsa. Existem mais de 400 mil pessoas ostomizadas no Brasil.



#### Ao falar

Olhe nos olhos, evite observar onde está a bolsa de ostomia.



Não pergunte sobre o volume por baixo da roupa, não é nada “suspeito” e nem “perigoso”.

Seja paciente e empático. A pessoa pode estar emocionalmente fragilizada devido à sua recente condição.



Diga: usuário de bolsa de ostomia ou pessoa ostomizada.

#### No banheiro

Cada um na sua, discrição e respeito sempre!



#### **Dia nacional dos ostomizados.**

Lei Federal nº 11.506, de 19 de julho de 2007.



#### **Bolsa de ostomia, sobre fornecimento obrigatório.**

Lei Federal nº 12.738, de 30 de novembro de 2012.

#### **Símbolo nacional da pessoa ostomizada.**

Lei Federal nº 13.031, de 24 de setembro de 2014.



## 7.2.1.4 Cidadão com Nanismo

! São mais de 200 condições diferentes que acometem cerca de 250 mil pessoas no mundo.

No Brasil, estima-se que seja 1 para cada 10 mil habitantes.



### Ao falar

Sente-se ou abaixe-se para ficar no nível da pessoa, principalmente se a conversa for longa.

Não infantilize sua voz ou use diminutivos, pois a pessoa com nanismo não é criança.

Fale diretamente com o cidadão, se este for maior de idade.

### No balcão de atendimento ou recepção

Se o balcão não for acessível (rebaixado): vá até a pessoa e, se possível, leve sua cadeira para conversar confortavelmente.

Ofereça suporte para apoio dos pés, se tiver. Ficar sentado com os pés flutuantes por muito tempo é cansativo. Caso não tenha o suporte, peça desculpas e informe ao setor responsável para que seja providenciado.





## **Na arquibancada e casas de shows**

**Ceda o lugar com melhor visibilidade.  
A inclusão depende de todos!**



**Caso encontre uma pessoa com nanismo no banheiro, fique atento e ofereça ajuda para encontrar uma solução.**



## **Dia nacional de combate ao preconceito.** Lei Federal nº 13.472, de 31 de julho de 2017.

### **Reconhecimento legal do nanismo como deficiência física.**

**Art. 4º, inciso I do Decreto Federal nº 3.298, de 20 de dezembro de 1999. (Redação dada pelo Dec. nº 5.296, de 2004)**



## 7.2.1.5 Cidadão com Paralisia Cerebral

! A paralisia cerebral pode ocasionar movimentos involuntários, lentidão ao andar ou movimentar-se e alterações na fala.



### Ao conversar

Se você não entender, peça que repita, tenha empatia e preste atenção.

**Não julgue a capacidade. Diga não ao capacitismo!**

### **Ao acompanhar**

Respeite o ritmo da pessoa.

Talvez sua ajuda não seja necessária. Se tiver dúvida, pergunte.

### **Ao participar de um evento esportivo**

Não diga que o atleta é um herói. Isso é capacitismo!  
O esporte é para todos e os desafios do treinamento, também!



### **Benefício da prestação continuada (BPC).**

Lei Federal nº 8.742, de 07 de dezembro de 1993.

### **Exame obrigatório para diagnóstico em recém-nascidos.**

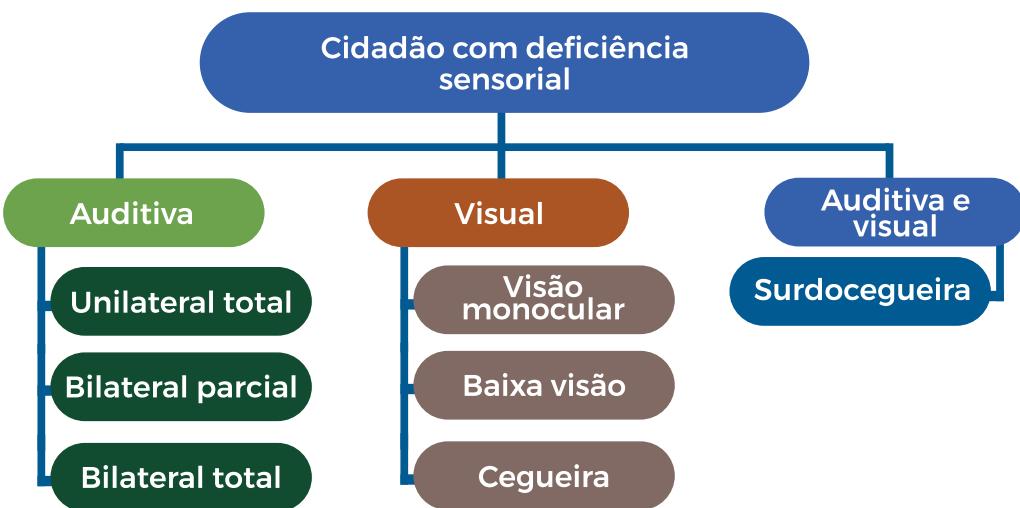
(rede pública e privada do Município do Rio de Janeiro) Lei Municipal nº 7.278, de 29 de março de 2022.



## 7.2.2 Cidadão com deficiência sensorial

! A deficiência sensorial ocorre quando há comprometimento dos sentidos da visão ou da audição.

Observe as placas de orientação e entenda melhor:



» Agora siga a Trilha Abrace a Diferença!

Aprenda dicas específicas de boas práticas para ser um cidadão mais inclusivo com as pessoas com deficiência sensorial.

## 7.2.2.1 Cidadão com Deficiência Auditiva

! A lei considera cidadão com deficiência auditiva aquele que perde a audição unilateral total, bilateral parcial ou bilateral total, de quarenta e um decibéis (dB) ou mais, aferida por audiograma nas frequências de 500Hz, 1.000Hz, 2.000Hz e 3.000Hz. (Lei nº 14.768, de 22 de dezembro de 2023).

A comunidade surda adota como identidade a terminologia “surdo(a)”, para a pessoa com perda bilateral total e deficiente auditivo para aqueles que têm perda unilateral total e bilateral parcial.



### Ao abordar e conversar

**Não passe entre as pessoas que estiverem conversando em Libras. Peça licença, sinalize com a mão.**

**Faça contato visual. Fale com tom de voz normal, com boa articulação, sem mastigar ou esconder a boca.**

**Se você não conhece a Língua Brasileira de Sinais (Libras), facilite a comunicação: escreva frases curtas, gesticule, use a expressão facial, ou instale aplicativos de tradução simultânea (sugestão: Hand Talk).**

**Não tenha medo de se comunicar!**





**Diga: surdo ou surda, pessoa surda ou com surdez, pessoa com deficiência auditiva.**

**Nunca fale surdo-mudo, pois geralmente a pessoa surda não tem deficiência nas cordas vocais.**

**Aprenda Libras e contribua para a acessibilidade comunicacional!**

### **Diálogo com o suporte do Intérprete de Libras**



**O papel do profissional é interpretar ou traduzir da Língua Portuguesa para Libras e vice-versa.  
Fale diretamente com a pessoa surda.**



### **Símbolo internacional de surdez.**

Lei Federal nº 8.160, de 8 de janeiro de 1991.

### **Reconhece a Língua Brasileira de Sinais como língua oficial.**

Lei Federal nº 10.436, de 24 de abril de 2002.

### **Dia nacional dos surdos.**

Lei Federal nº 11.796, de 29 de outubro de 2008.

### **Educação bilíngue de surdos.**

Lei Federal nº 14.191, de 3 de agosto de 2021.

### **Institui o setembro azul, mês da visibilidade da comunidade surda.**

Lei Estadual nº 9.665, de 05 de maio de 2022.

### **Bolsa-Atleta em modalidades paralímpicas e os surdolímpicas.**

Lei Federal nº 14.597, de 14 de junho de 2023.

### **Define deficiência auditiva.**

Lei Federal nº 14.768, de 22 de dezembro de 2023.



## 7.2.2.2 Cidadão com Deficiência Visual

### ! Aprenda sobre a cor da bengala

A cor da bengala é útil para identificar a condição da pessoa, alterando conforme o grau da deficiência visual, indo da baixa visão à cegueira.



**Bengala Verde:**  
sinaliza pessoas  
com baixa visão.



**Bengala Branca e vermelha:**  
indica pessoas  
surdocegas.



**Bengala Branca:**  
identifica pessoas  
com cegueira total.

### Aprenda sobre o cão-guia

O cão-guia é treinado para fornecer assistência e orientação, e seu papel como auxiliar de mobilidade é inestimável para as pessoas com deficiência visual.

Portanto, é essencial que seja respeitado em todos os ambientes, incluindo estabelecimentos comerciais, meios de transporte e espaços públicos.



## 7.2.2.2.1 Cidadão com Visão Monocular

! Visão monocular, é a acuidade visual inferior a 20/200 com a melhor correção visual em um dos olhos. A pessoa consegue ver apenas com um dos olhos e apresenta 20% ou menos da capacidade de enxergar no outro olho. (art.1º da Lei 14.126 de 2021).



### Ao encontrar

Tenha empatia!

A pessoa pode esbarrar em alguém ou tropeçar ao descer do ônibus por ter dificuldade com a visão periférica e com a noção de distância, profundidade e espaço. Não é de propósito.



### Ao conversar

Não diga para a pessoa que a vida dela é mais fácil do que a de uma pessoa cega. Lembre-se que as barreiras não são apenas biológicas, mas também atitudinais, arquitetônicas, entre outras. Diga não ao capacitismo!



## 7.2.2.2.2 Cidadão com Baixa Visão

! Baixa visão, é a acuidade visual entre 0,3 e 0,05 no melhor olho, com a melhor correção óptica; os casos nos quais a somatória da medida do campo visual em ambos os olhos for igual ou menor que 60°; ou a ocorrência simultânea de quaisquer das condições anteriores. (alínea “c”, inciso I, § 1º, art. 5º do Dec. nº 5.296 de 2004).



### Ao encontrar

Uma pessoa com baixa visão também pode precisar de suporte. Na dúvida, pergunte.

Não faça pré julgamentos. Ela não é uma pessoa cega e nem alguém com visão total. A acuidade visual residual na baixa visão é útil em diversas situações do dia a dia, porém também há problemas de acessibilidade devido a diversidade funcional.

Tenha empatia!



Não se ofenda. Pode ser que ela tenha dificuldades em reconhecer até pessoas mais próximas. Ela não está ignorando você. Compreenda!

Diga: pessoa com baixa visão ou pessoa com deficiência visual.





## Ao apresentar uma palestra, ou aula

Disponibilize recursos de tecnologia assistiva, sempre que possível.

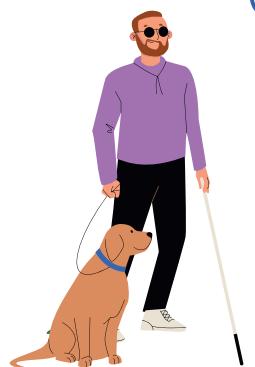
Forneça o material impresso em formato ampliado.



Envie por e-mail, em formato digital, os documentos que serão utilizados, assim a pessoa poderá usar os recursos de acessibilidade do celular.

### 7.2.2.2.3 Cidadão com Cegueira

! Cegueira é a acuidade visual igual ou menor que 0,05 no melhor olho, com a melhor correção óptica (alínea “c”, inciso I, § 1º, art. 5º do Dec. n° 5.296 de 2004).



## Ao se apresentar e conversar

Identifique-se, faça sua audiodescrição informando seu gênero, sua altura e sua cor de pele, cabelo e roupas. Faça com que a pessoa perceba a sua presença.

Ao apresentar alguém, faça com que este fique de frente para a pessoa com deficiência visual, para que ela estenda a mão na direção correta.

Avise quando sair, não a deixe falando sozinha.



**Diga: pessoa cega ou pessoa com deficiência visual.**

**Evite generalizar! Dizer que toda pessoa com deficiência visual tem audição apurada, é capacitismo.**

### **Ao conduzir**

**Ofereça seu antebraço ou ombro, assim a pessoa poderá acompanhar seu movimento.**

**Não segure a pessoa pelas mãos.**



**Caminhe um pouco a frente, coloque seu antebraço para trás para ser seguido.**

**Avise sobre obstáculos.**

### **Ao falar para a pessoa sobre um evento**

**Faça a audiodescrição: conte sobre quem está no palco, quem está falando, o cenário, o local incluindo entradas e saídas, a iluminação, as cores e texturas, os trajes, a aparência física das pessoas e as suas expressões faciais. Uma boa descrição realça e complementa o evento.**

### **Ao falar em um evento**

**Primeiro fale fora do microfone.**

**Você pode dizer: “Olá, estou falando sem o microfone para que as pessoas cegas possam me localizar”.**



Após, inicie o uso do microfone e só depois faça sua audiodescrição. Descreva seu posicionamento no local, se está à esquerda ou à direita da porta e suas características, como altura, cor do cabelo e da roupa.

Faça a audiodescrição das imagens e fotos, caso seja o palestrante e esteja usando o projetor.

### Ao participar de um evento esportivo

Faça barulho só para comemorar a vitória! O atleta cego precisa ouvir as orientações típicas do esporte para se localizar no campo, na quadra ou na pista. O silêncio vale ouro!



**Quanta novidade, hein!**  
**Quer saber mais?**  
Continue na trilha,  
para contribuir com a inclusão  
da pessoa com deficiência auditiva  
e visual.



### 7.2.2.3 Cidadão com Deficiência Auditiva e Visual

#### 7.2.2.3.1 Cidadão com Surdocegueira

! Surdocegueira é quando a pessoa apresenta as deficiências visual e auditiva associadas em diferentes níveis, do parcial ao total. Por isso, há pessoas surdocegas que apenas não ouvem mas falam, outras podem ser pessoas surdas e com baixa visão, cegas com baixa audição, entre outras possibilidades.

Aqui você encontrará algumas dicas de boas práticas para promover acessibilidade para as pessoas com surdocegueira. Mas, lembre-se que as dicas que você já aprendeu para as pessoas com outras deficiências sensoriais também se aplicam aqui!



##### Ao conversar

Fale diretamente com a pessoa surdocega quando ela estiver acompanhada de um guia-intérprete.

Sem o suporte do guia-intérprete, se possível, utilize a escrita alfabética na palma da mão, desenhando as letras com o dedo.

Se a pessoa for usuária de aparelho auditivo, fale de forma clara, direta e pausada.





## **Dia nacional do cego.**

Decreto Federal nº 51.045, de 26 de julho de 1961.

## **Braille, para uso da escrita e leitura por pessoas cegas.**

Lei Federal nº 4.169, de 4 de dezembro de 1962.



## **Uso do cão guia.**

Lei Federal nº 11.126, de 27 de junho de 2005.

## **Profissional tradutor, intérprete e guia-intérprete da língua brasileira de sinais.**

Lei Federal nº 12.319, de 1º de setembro de 2010.

## **Assegura recebimento de contas com demonstrativo de consumo em braille, letras ampliadas, ou através de mídia eletrônica.**

Lei Estadual nº 8.697, de 14 de dezembro de 2019.



## **Classifica a visão monocular como deficiência sensorial, do tipo visual.**

Lei Federal nº 14.126, de 22 de março de 2021.

## **Dia nacional da pessoa com surdocegueira.**

Lei Federal nº 14.605, de 20 de junho de 2023.

## **Sobre a cor da bengala e seu fornecimento através do sistema único de saúde.**

Lei Federal nº 14.951, de 02 de agosto de 2024.



### **Uhuuu!**

Você está indo muito bem!

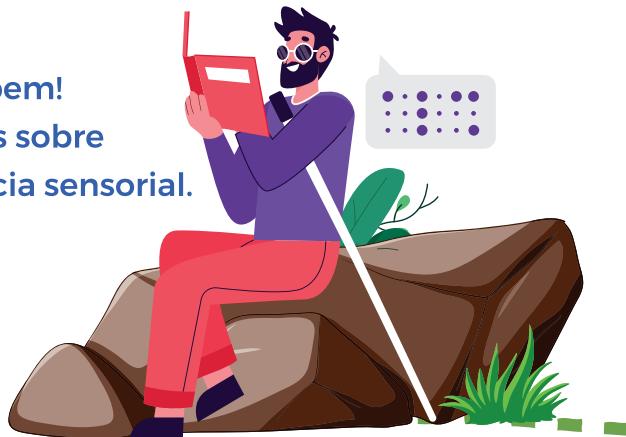
Aprendeu muitas dicas sobre

a pessoa com deficiência sensorial.



### **Continue na Trilha**

**Abrace a Diferença.**



### 7.2.3

## Cidadão com Deficiência Intelectual



É quando o indivíduo apresenta desenvolvimento cognitivo não correspondente à média esperada para a idade cronológica. (alínea “d”, inciso I, §1º do art. 5º do Decreto 5.296 de 2004)



### Ao se apresentar e conversar



Fale com clareza. Seja paciente e ouça com atenção.

Não infantilize sua voz.

Seja sempre gentil. A pessoa pode ter dificuldade de entendimento para gestos e outras formas de comunicação. Entenda as reações!

### Ao socializar na cidade

Evite superproteção, ofereça ajuda, se necessário.

Valorize a capacidade e aceite as escolhas.

### Ao falar sobre a pessoa

Evite generalizações. Isso é capacitismo!

Nem todas as pessoas com síndrome de down, por exemplo, têm talento artístico.



### Dia nacional da síndrome de down.

Lei Federal nº 14.306, de 3 de março de 2022.

### Dia estadual de conscientização sobre a síndrome de down.

Lei Estadual nº 6729, de 26 de março de 2014.



## 7.2.4

### Cidadão com deficiência mental ou psicossocial

! É quando a pessoa vive a consequência permanente dos transtornos mentais, ou seja, quando estes provocam limitação da função mental por período contínuo e indeterminado. Portanto, nem todo transtorno mental é uma deficiência psicossocial. Mas, ambos causam prejuízo na saúde mental.



#### Ao encontrar em locais públicos

**Não faça piadas capacitistas e não se ofenda por qualquer motivo! Respeite. A cidade é para todos!**

**Proteja, peça ajuda se achar que a pessoa está em perigo! Ela pode apresentar redução na capacidade de administrar o pensamento, a emoção, o comportamento e a interação com os outros.**

#### Ao conviver

**Invista numa aproximação afetuosa e amiga. É melhor do que cobranças e julgamentos. Acredite nas potencialidades!**

**Lembre-se, somente profissionais habilitados podem realizar o diagnóstico e orientar para melhorar a qualidade de vida.**



#### **Direitos das pessoas com transtornos mentais.**

Lei Federal no 10.216, de 6 de abril de 2001.

#### **Auxílio-reabilitação psicossocial para pacientes egressos de internações.**

Lei Federal no 10.708, de 31 de julho de 2003.



## 7.2.5

## Cidadão com autismo e outras neurodivergências

! O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é uma neurodivergência causada pelo desenvolvimento atípico do cérebro, caracterizado por deficiência de comunicação, de interação social e de comportamento. Há uma variedade de habilidades, desafios e características únicas em cada indivíduo. São neurodivergentes pessoas com TEA, Dislexia, Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), Síndrome de Tourette e etc.



Para saber mais, acesse a cartilha “Autismo: conhecer e agir.” após finalizar o percurso.



### Ao encontrar em locais públicos

Fique no seu espaço. Evite encostar ou tocar, sem permissão.

**Não encare ou deboche. Isso é capacitismo!**

Você pode não se incomodar com barulho. Mas, uma pessoa com TEA, talvez necessite usar um fone abafador de ruídos em alguns locais como em restaurantes, shoppings, festas, escolas etc.

**Todos sentem e se expressam de um jeito diferente!**  
Uma pessoa com TEA pode agitar as mãos, se balançar ou ir embora sem avisar. Esse comportamento é para se autorregular emocionalmente. Não julgue comportamentos. A pessoa não é mal educada.



Cada pessoa é de um jeito. Uma é falante, outra é tímida; uma curte ouvir música, outra gosta de dançar; uma adora jogar bola, outra ama ler; uma gosta de abraçar, outra prefere manter distância. Todos somos diferentes! Respeite!



**Política nacional de proteção dos direitos da pessoa com TEA. (Lei Berenice Piana).**

Lei Federal nº 12.764, de 27 de dezembro de 2012.

**Redução da jornada de trabalho sem redução salarial para servidores públicos.**

Lei Federal nº 13.370, de 12 de dezembro de 2016.

**Carteira de identificação da pessoa com TEA. (Lei Romeo Mion).**

Lei Federal nº 13.977, de 08 de janeiro de 2020.

**Cordão de girassol, símbolo de identificação das pessoas com deficiências ocultas.**

Lei estadual nº 9.894, de 04 de novembro de 2022.

**Dispensa a renovação de laudo médico comprovando o TEA.**

Lei estadual nº 10.186, de 23 de novembro de 2023.

**Criação de espaços de integração sensorial para pessoas com TEA, TDAH e outras neurodivergências.**

Lei estadual nº 10.296, de 13 de março de 2024.

**Ingresso e permanência em qualquer local, portando utensílios de uso pessoal e alimentos para consumo próprio.**

Lei estadual nº 10.407, de 06 de junho de 2024.



**Excelente! Você progrediu muito! Conforme o mapa, você está quase no fim da Trilha Abrace a Diferença. Com atitude inclusiva você vai longe! Continue...**

7.2.6

## Cidadão com Deficiência Múltipla

! É quando a pessoa apresenta associação de duas ou mais deficiências de ordem física, intelectual, mental ou sensorial.

Ou seja, uma pessoa com nanismo também pode ser cega. Uma pessoa autista pode ser surda. Estes são apenas alguns exemplos de associação.



### Ao encontrar em locais públicos

Lembre-se de ser inclusivo e empático, mantenha livre os espaços reservados.

Evite fazer comentários ou perguntas sobre como adquiriu a deficiência múltipla.

### Ao falar sobre a pessoa

Evite generalizar!

Dizer que a pessoa é uma guerreira só porque estuda ou trabalha, é capacitismo!



### Semana nacional da pessoa com deficiência intelectual e múltipla.

Lei Federal nº 13.585, de 26 de dezembro de 2017.



## 7.2.7

### Cidadão com Mobilidade Reduzida

! São pessoas com deficiências permanente ou temporária, idosas, obesas e gestantes, que enfrentam desafios como andar por pisos irregulares, subir ou descer escadas, entrar ou sair de veículos ou ficar muito tempo em pé.



#### Nos espaços públicos

**Respeite a prioridade!** As pessoas com mobilidade reduzida tem prioridade para utilizar os assentos. Dê a preferência!

**Fique atento!** Ofereça o lugar, mesmo que você não esteja sentado em local reservado. Isso é ter empatia!

**Não reclame** quando o atendente chamar as pessoas que têm prioridade. Isso é preconceito!



#### Prioridade no atendimento.

Lei Federal no 10.048, de 08 de novembro de 2000.

#### Promoção da acessibilidade.

Lei Federal no 10.098, de 19 de dezembro de 2000.

#### Reserva de espaços e assentos em locais públicos e privados.

Decreto Federal nº 5.296, de 02 de dezembro de 2004.

## 7.2.8

## Cidadão com Doença Rara



Segundo a Organização Mundial de Saúde, um terço das deficiências são causadas por doenças raras.



### O que é doença rara?

É aquela que afeta até 65 indivíduos em cada 100 mil pessoas.

### No mundo estimam-se 8 mil tipos!

Entre elas: Acromegalia, Esclerose Lateral Amiotrófica, Epidermólise Bolhosa, Fibrose Cística e Talassemia.

### Características

Não tem cura e não é contagiosa.

Há tratamento para os sintomas, não para a doença.

É uma patologia, geralmente, crônica, progressiva e incapacitante.

A atenção familiar contínua é importante.

Ações integradas multidisciplinares e multiprofissionais são necessárias.



## Quando encontrar

Evite ficar olhando para a pessoa, se não for falar com ela.



Algumas doenças raras causam lesões na pele, além de provocarem diversos tipos de deficiência. Não se afaste quando a pessoa se aproximar. Não é contagioso!

Não impeça a pessoa de entrar em um estabelecimento ou transporte. Isso é discriminação! Denuncie!

## Política nacional de atenção integral às pessoas com doenças raras.

Portaria GM/MS nº 199, de 30 de janeiro de 2014.

## Estatuto da pessoa com doença crônica complexa e rara.

Lei Estadual nº 10.315, de 09 de abril de 2024.

## Prioridade de atendimento.

Lei Estadual nº 10.323, de 09 de abril de 2024.



Oba!

Você chegou ao fim da  
Trilha Abrace a Diferença!



Volte na Trilha Para Todos.

Mas se você já passou por lá, significa que concluiu o mapa boas práticas de inclusão.



Siga para destino.

Conheça o cidadão da inclusão!

# DESTINO





**Parabéns!**

**Você é o cidadão da inclusão!**

Estava tudo aí dentro de você, a gente só ativou seu potencial de atitude inclusiva ao ampliar seu conhecimento.

Enquanto percorria as trilhas, você abraçou a diferença e agora está pronto para levar a inclusão para todos!

Essa é a força da acessibilidade atitudinal, use essa energia para dar o bom exemplo.

**Vamos sair pelo mundo  
divulgando as boas práticas.**



## Conclusão

Chegamos ao final do nosso estudo e aprendemos que a inclusão é um valor fundamental que deve ser promovido em todos os setores da vida pessoal e profissional. Todos têm o direito de participar plenamente da sociedade, independente das suas características individuais.

Através das dicas e conceitos deste Manual Boas Práticas de Inclusão, podemos incentivar uma cultura que contemple todas as diversidades.

É importante reconhecer que a inclusão vai além da acessibilidade em suas várias formas, pois também envolve a inclusão emocional e social. Por isso, devemos estar atentos e lutar contra o capacitismo, que é um preconceito baseado na deficiência.

Ao promover direitos iguais para todos, garantimos uma sociedade verdadeiramente inclusiva.



## Referências Bibliográficas

**LEGISLAÇÃO FEDERAL:** <https://www4.planalto.gov.br/legislacao/>. acesso em: 23 de jul. 2024.

**LEGISLAÇÃO ESTADUAL:** <https://www.alerj.rj.gov.br/>. acesso em: 25 de jul. 2024

**NASCIMENTO**, Fátima Ali Abdalah Abdel. Educação infantil - saberes e práticas da inclusão: dificuldades de comunicação e sinalização: surdocegueira/múltipla deficiência sensorial. 4. ed., Universidade Federal de São Carlos – UFSC/SP. Brasília: MEC, Secretaria de Educação Especial, 2006.79 p.: il.

**NOGUEIRA**, Geraldo. Aconteceu comigo. Tudo aconteceu há muito e muito tempo. 1 ed. Rio de Janeiro: HP Comunicação Associados, 2022. 160 p.

**ONU - Organização das Nações Unidas.** Objetivos de Desenvolvimento Sustentável no Brasil: Reduzir a desigualdade dentro dos países e entre eles. [S. l.], 2 maio 2013. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/sdgs/10>. Acesso em: 29 jul. 2024.

**SASSAKI**, Romeu Kazumi. Inclusão: Construindo uma sociedade para todos. 7. ed., Rio de Janeiro: WVA, 2006. 75 p.

**SINGER**, Judy. Neurodiversidade: O nascimento de uma ideia. 2a edição: 03 de julho. 2016.

# **Manual Boas Práticas de Inclusão**

**Governador do Estado do Rio de Janeiro**  
**Claudio Castro**

**Subsecretaria de Políticas Inclusivas**  
**Bianca Pacheco**

**Superintende de Ações para Pessoas com Deficiência**  
**Geraldo Nogueira**

**Elaboração de conteúdo**  
**Geraldo Nogueira**  
**Maria Cristina Augusto**

**Projeto Gráfico - Diagramação, Capa e Ilustrações**  
**Tainara Cal**



**Acesse o perfil da Subsecretaria  
de Políticas Inclusivas e conheça  
outros materiais.**



GOVERNO DO ESTADO  
**RIO DE JANEIRO**