



# ¿Qué es la discapacidad intelectual?



# ¿Conoces alguna persona con discapacidad intelectual?

## ¿Cómo?

Que no sabes qué quiere decir discapacidad intelectual.

Es muy fácil.

Te lo explico.

La gente ha llamado a las personas con discapacidad intelectual de muchas maneras.

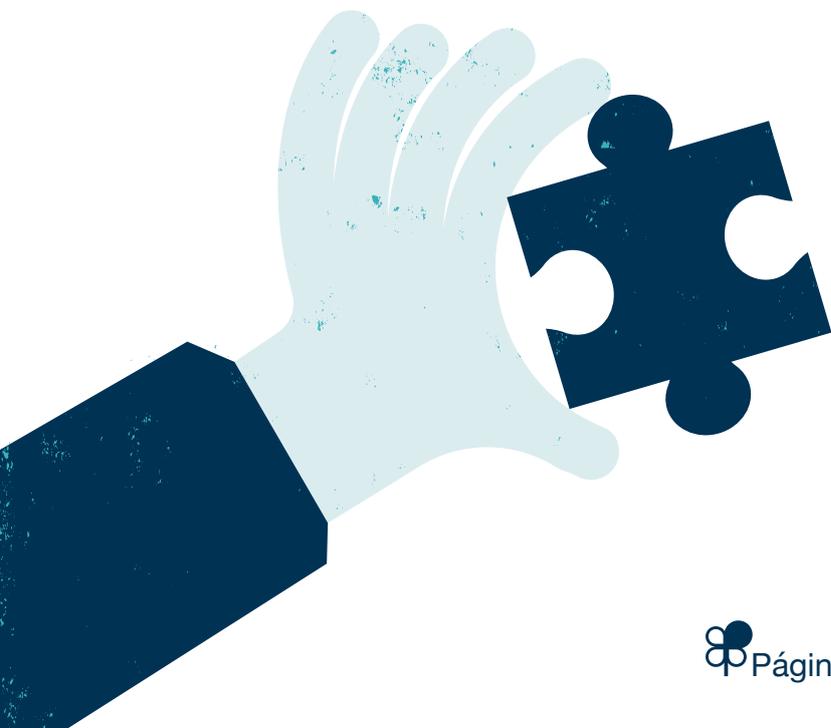
Por ejemplo retrasados, subnormales y discapacitados.

Pero todo esto ahora es incorrecto.

Si alguien todavía habla así es que no sabe lo que dice.

Lo correcto es decir PERSONA con discapacidad intelectual.

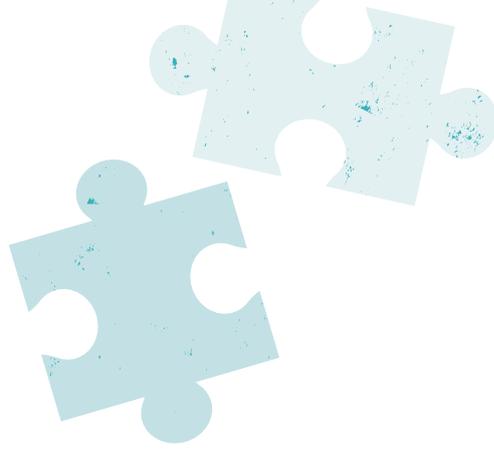
Lo importante es que somos PERSONAS como todo el mundo.



# ¿Qué es la discapacidad intelectual y del desarrollo?

Una persona tiene discapacidad intelectual cuando cumple estas características:

- ▶ Tiene la discapacidad intelectual antes de los 18 años.
- ▶ Tiene un funcionamiento intelectual por debajo de la media de la población. Esto es que le cuesta más entender las cosas.
- ▶ Tiene algunas dificultades relacionadas con estas habilidades:
  - Comunicación.**  
Por ejemplo, le cuesta hablar o expresar lo que piensa.
  - Vida en el hogar.**  
Por ejemplo tiene dificultad para vivir solo o sola porque no sabe lo que tiene que hacer.
  - Cuidado Propio.**  
Por ejemplo no entiende bien lo que está bien y mal.
  - Trabajo.**  
Por ejemplo no puede trabajar.
  - Atención a la Salud y a la seguridad.**  
Por ejemplo no sabe cuidar su salud.
  - Manejo del tiempo libre.**  
Por ejemplo no hace actividades de ocio.
  - Habilidades sociales para adaptarse a la comunidad.**  
Por ejemplo la persona con discapacidad intelectual tiene dificultades para relacionarse con otras personas o para hacer actividades con otras personas.



Existen pruebas que dicen si una persona tiene discapacidad intelectual o no.

Para hacer esas pruebas hay que ir al Centro de Evaluación y Orientación de Discapacidades de tu ciudad.

En este centro te dicen cuanta discapacidad intelectual tienes porque hay varios niveles de discapacidad. Puedes tener mucha o poca.

En este centro también te dan un Certificado de Discapacidad.

Esto es muy importante porque permite pedir ayudas y servicios públicos.



# ¿De dónde viene la discapacidad intelectual?

► Una persona puede tener discapacidad intelectual por varias causas.

Estas causas pueden ocurrir desde antes de nacer hasta los 18 años.

► Puede ser por un accidente

También por una enfermedad o un problema en el cerebro.

Pero hay muchas personas con discapacidad intelectual por causas desconocidas.

► Otras causas ocurren durante el parto

o poco después del nacimiento.

► A veces las causas de la discapacidad intelectual

aparecen cuando el niño o la niña es mayor.

Por ejemplo por infecciones,

o accidentes en el cerebro.

Pero cualquier persona con discapacidad intelectual puede hacer muchas cosas con apoyos.

Muchas veces el entorno no está adaptado y por eso las personas con discapacidad intelectual no pueden hacer las mismas cosas que el resto de personas. El entorno es todo lo que nos rodea.

# ¿Qué NO es la discapacidad intelectual?

- ▶ La discapacidad intelectual NO es una enfermedad.
- ▶ Las personas NO son la discapacidad intelectual.  
La discapacidad intelectual es algo que les pasa.  
Y es para toda la vida.  
Por eso son muy importantes los apoyos.
- ▶ La discapacidad intelectual NO quiere decir trastorno  
o enfermedad mental.  
Mucha gente cree esto y está equivocada.



# ¿Cómo hay que tratar a las personas con discapacidad intelectual?

## 1. Yo también soy persona



Quiero ser ciudadana, ir de compras, tomar un café, ir de viaje.

## 2. Dirígete a mí cuando quieras decirme algo



Aunque vaya con otra persona.

## 3. Trátame como a uno más y háblame como a un adulto



Si no soy un niño o niña no me hables de manera infantil.

## 4. Si me tienes que dar información por escrito, que sea clara



Letras grandes, que sean fáciles de entender y con imágenes.

## 5. Háblame claro y pausadamente



Dame tiempo para pensar.

## 6. Respeta mi ritmo



A lo mejor me cuesta más hacer las cosas.

## 7. Tú puedes ayudarme



Si ves que me cuesta, pregúntame ¿te puedo ayudar?.

## 8. Si no te entiendo repíteme las cosas



Ten paciencia.

## 9. Respeta mi decisión



Si digo NO es NO y si digo SI es SI.

## 10. Tengo derechos y obligaciones como todo el mundo





Plena inclusión Comunidad Valenciana trabaja para las personas con discapacidad intelectual y sus familias. Quiere conseguir que las personas con discapacidad intelectual tengan calidad de vida. Esto es que vivan bien. En la Comunidad Valenciana, Plena inclusión está formada por 56 asociaciones de Castellón, Valencia y Alicante. Y más de 7000 personas con discapacidad intelectual. Hay un Plena inclusión en cada comunidad autónoma.

PLENA INCLUSIÓN COMUNIDAD VALENCIANA  
C/ Quart, 29, bajo, 46001 Valencia  
Teléfono: 963 92 37 33  
[www.plenainclusioncv.org](http://www.plenainclusioncv.org)

