

Cartilha

INCLUSÃO no TRABALHO



INCLUSÃO no TRABALHO

Parte 1

Compreensão das diferentes deficiências e dicas de interação



INCLUSÃO no TRABALHO

REALIZAÇÃO

Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas (PROGEPE)

Divisão de Atenção à Saúde e Segurança do Trabalho (DASST)

EQUIPE DE TRABALHO

Organização:

Camila do Canto Perez
Psicóloga

José Paulo Braccini Fagundes
Engenheiro de Segurança do Trabalho

Mayra Medeiros Osório
Psicóloga

Colaboração:

Francine da Rosa Silva Cabral
Enfermeira

Projeto gráfico:

Cindy Rosa Martinez
Assistente em Administração



Introdução

A equipe da Divisão de Atenção à Saúde e Segurança do Trabalho (**DASST**), da Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas (**PROGEPE**), tem a alegria de apresentar a você, servidor(a), nossa série de cartilhas sobre o tema **inclusão no trabalho**.

Essa iniciativa é parte de uma sequência de ações da DASST a respeito da temática. Inicialmente, foi executada uma campanha abordando o tema da prevenção ao suicídio e a pessoa com deficiência. Posteriormente, foi realizado o **VI Encontro de Qualidade de Vida da Unipampa**, sob o título: “*Inclusão, o que eu tenho a ver com isso?*”. A confecção das cartilhas é um terceiro momento de conscientização, em que serão abordados aspectos complementares ao que foi trazido até então.

A série de cartilhas “**Inclusão no trabalho**” é composta por **três cartilhas**, abrangendo diferentes conteúdos:

- **Parte I - Compreensão das diferentes deficiências e dicas de interação**
- *Parte II - Barreiras que impedem a inclusão de pessoas com deficiência*
- *Parte III - Raça, gênero e sexualidade em pauta*

Nessa primeira parte, você encontrará: a definição de pessoa com deficiência, os tipos de deficiências e as dicas de interações em cada caso, bem como os direitos do servidor com deficiência - ou de cônjuge, filho ou dependente com deficiência.

Convidamos a todos(as) para estarem junto conosco, acompanhando nossa **série de três cartilhas** e ampliando os aprendizados acerca de pontos muito importantes no que diz respeito à inclusão.

Apenas através do conhecimento podemos entender como fazer a nossa parte para contribuir na promoção de uma cultura inclusiva, respeitosa e livre de preconceitos na Universidade.



LBI - Lei Brasileira de Inclusão (Lei 13.146/2015)

Visa garantir que pessoas com deficiência possam exercer seus direitos e liberdades fundamentais em igualdade de condições com as demais pessoas.



Previsão do direito à inclusão de pessoas com deficiência na vida social em suas diversas esferas, por meio de garantias básicas de acesso a serem concretizadas por políticas públicas - com ênfase nas áreas de educação, saúde, trabalho, infraestrutura urbana, cultura e esporte - e de iniciativas a cargo de instituições públicas e privadas.

De acordo com a LBI, considera-se pessoa com deficiência aquela que tem *“impedimento de longo prazo de natureza física, mental, intelectual ou sensorial, o qual, em interação com uma ou mais barreiras, pode obstruir sua participação plena e efetiva na sociedade em igualdade de condições com as demais pessoas”* (Lei nº 13.146/2015).

Você sabia?

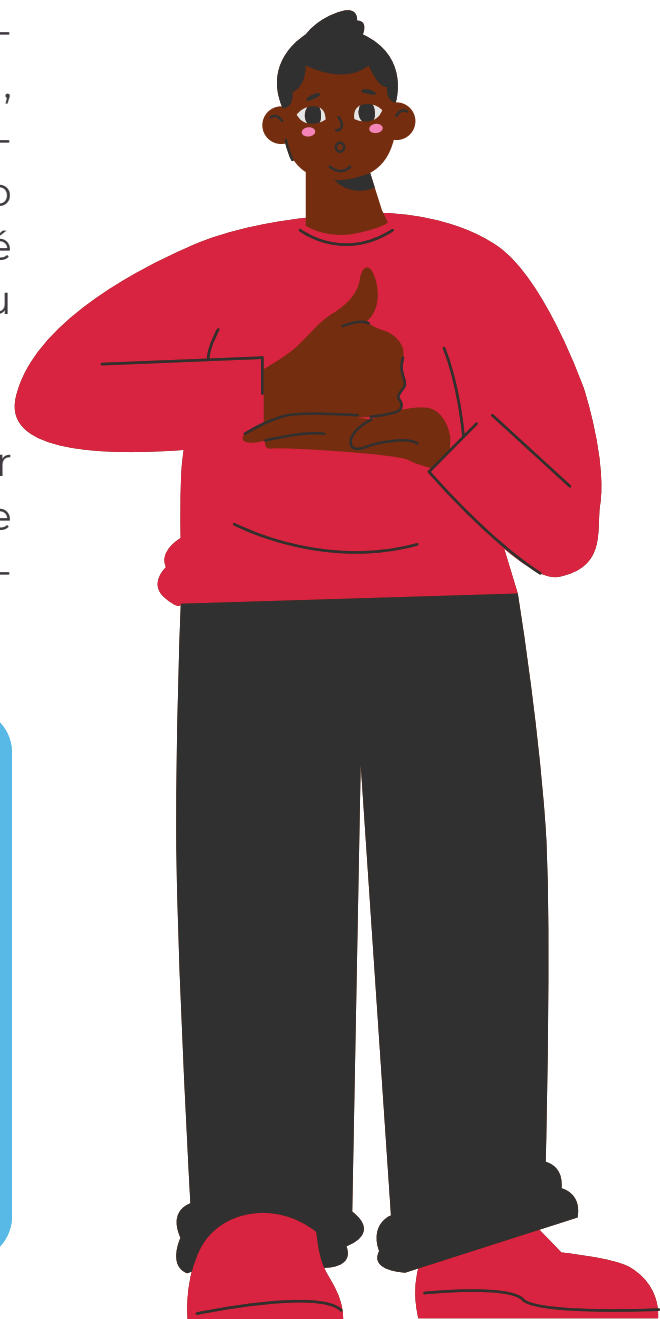
A nomenclatura correta utilizada atualmente é Pessoa com Deficiência (PcD), estando superadas as expressões Pessoa Especial, Pessoa Portadora de Deficiência e Pessoa com Necessidades Especiais (PNE), porque são imprecisas. Destaca-se que o termo “portador” é inadequado pois deficiência não é algo que se possa decidir quando carregar e, ainda, que a expressão “necessidades especiais” é equivocada pois todos os temos, independentemente de sermos, ou não, pessoas com deficiência.

Quando for se referir a uma pessoa com deficiência, utilize o termo por extenso “**pessoa com deficiência**”, e não a sigla PcD. O uso somente da sigla pode desumanizar, estigmatizar e excluir - além de gerar confusão em pessoas que não saibam o que significa.

Cuidado com a linguagem

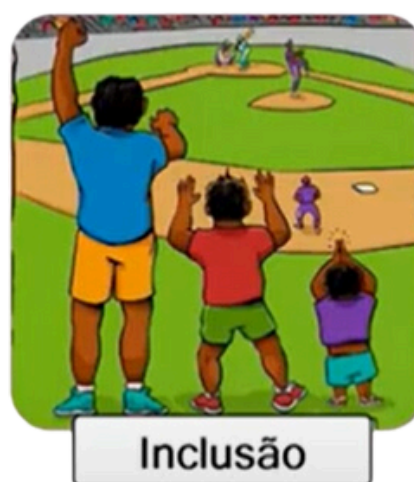
Sabemos que assim como as palavras erradas são microagressões, capazes de marginalizar, excluir e machucar pessoas, a comunicação adequada e inclusiva é capaz de criar laços de respeito, desconstruir preconceitos e promover mudanças genuínas.

É possível falar tudo o que for necessário sem ofender, discriminar, excluir, desrespeitar ou deslegitimar nenhuma pessoa ou grupo.



Diversidade, equidade e inclusão

Diversidade é garantir que os espaços de trabalho sejam representativos para os diferentes tipos de pessoas que ali convivem. **Equidade** é reconhecer e eliminar os obstáculos, criando assim, um ambiente de pertencimento. A **Inclusão** é o processo de acolhimento e integração das demandas de todas as pessoas.



“

Diversidade é chamar para a festa, inclusão é convidar para dançar e pertencimento é dançar como se ninguém estivesse olhando.

Tipos de deficiência

DEFICIÊNCIA FÍSICA

Utiliza-se o termo deficiência física ou motora quando o indivíduo tem alteração completa ou parcial de uma ou mais partes do corpo, sempre com comprometimento da função física. O termo também se aplica quando há amputação ou ausência de um ou mais membros, membros com deformidade congênita ou adquirida, paralisia cerebral e nanismo.

Dicas de interação

- Cadeira de rodas, muletas e bengalas são extensões do corpo de seus usuários. Por isso, nunca se apoie ou mova algum deles sem a permissão de quem os utiliza.
- Não pendure bolsas ou casacos nem apoie seus pés na cadeira de rodas, pois ela é de uso exclusivo de quem a utiliza.
- Ao conversar com a pessoa que utiliza a cadeira, procure sentar-se à mesma altura - é desconfortável conversar com alguém olhando para cima.

Termos adequados

- Pessoa com deficiência física/motora
- Pessoa usuária de cadeira de rodas



Tipos de deficiência

- Evite segurar o braço de uma pessoa que use muletas, pois, ao invés de ajudar, você pode atrapalhá-la ou até mesmo provocar sua queda.
- Ao conduzir uma pessoa em cadeira de rodas, pergunte antes como deve proceder. Há pessoas que se sentem mais seguras indo de frente ou de costas.
- Se estiver conduzindo uma pessoa na cadeira de rodas e parar para falar com alguém, procure virar a cadeira para que ela participe do diálogo.
- Ande na mesma velocidade que a pessoa com deficiência.
- Mantenha as áreas comuns livres de entraves/obstáculos.

DEFICIÊNCIA VISUAL

Termo que abrange a perda total ou parcial da visão, congênita ou adquirida. É um tipo de deficiência sensorial. Há subgrupos, de acordo com o nível de acuidade visual.



Tipos de deficiência

- **Cegueira** - Perda total da visão ou pouquíssima capacidade de enxergar, casos em que é comum a pessoa recorrer à escrita em braille.
- **Baixa visão** - Capacidade visual comprometida, mesmo após algum tipo de tratamento. Em alguns casos, a pessoa consegue ler textos ampliados ou usando recursos óticos especiais.

Termos adequados

- Pessoa cega/com baixa visão/daltônica
- Pessoa com deficiência visual

Dicas de interação

- Ao se dirigir a uma pessoa cega, cumprimente-a tocando levemente em suas mãos e identifique-se de imediato.
- Avise quando se afastar, para evitar que ela fique falando sozinha.
- Ao guiar uma pessoa com deficiência visual, dobre o braço e ofereça o cotovelo para que ela o segure e possa acompanhar o movimento do seu corpo enquanto caminha. Não a agarre nem a puxe pelo braço ou bengala.
- Para ajudar a pessoa cega a se sentar, guie-a até a cadeira e coloque sua mão no braço ou encosto, deixando-a sentar-se sozinha.

Tipos de deficiência

- Caso seja necessário que ela assine algum documento que não esteja em braille, leia o conteúdo em voz alta e ofereça recursos para que faça a assinatura.
- Narre o trajeto avisando sobre degraus e obstáculos que estejam à frente. Ao explicar a direção, indique distância e pontos de referência com nitidez. Evite termos como “*por aqui*” e “*por ali*”. Avise sobre a existência de degraus, buracos, pisos escorregadios e outros obstáculos no caminho, inclusive objetos pendurados.
- Se a pessoa cega estiver acompanhada de cão-guia - cujo acesso é permitido a qualquer ambiente ao qual deseje ingressar -, não faça carinho no animal para não distraí-lo de sua função.



- Lembre-se de que quase sempre a pessoa cega escuta normalmente, portanto não é preciso elevar o tom da voz ao falar com ela.
- Em escadas, sempre deixe o corrimão livre para a pessoa com deficiência visual.
- Em qualquer ambiente novo, é bom que a pessoa seja conduzida até se familiarizar e, assim, ter mais autonomia.
- Em ambiente conhecido, toda mudança na estrutura, como nova posição de mesas e armários ou reformas, deve ser informada, para evitar desconforto e até mesmo acidentes.

Tipos de deficiência

- Em eventos com uso de microfone, informe a direção do palco - ou de quem está falando -, para que a pessoa cega vire para o lado “certo”.
- Conserve portas totalmente abertas ou fechadas. Portas entreabertas no caminho da pessoa cega ou com baixa visão são um sério risco à sua integridade física.
- Havendo algo inadequado nos trajes, na aparência física da pessoa cega, com cuidado e delicadeza, diga a ela, a fim de evitar que passe por situações constrangedoras.
- Ao observar uma pessoa cega próxima a um sinal de trânsito, por exemplo, pergunte se ela pretende atravessar e para qual direção está indo. Sempre a ajude a atravessar em linha reta, para que ela não perca a orientação. Com a pessoa segurando o seu braço, conduza-a ao atravessar a rua.
- Durante a refeição, pergunte-lhe se quer auxílio para cortar o alimento ou para adoçar o café, e lhe explique a posição dos alimentos no prato.

Tipos de deficiência

DEFICIÊNCIA AUDITIVA

É a baixa capacidade de audição, em seus diversos níveis - leve, moderada, severa ou profunda - e a surdez. É um tipo de deficiência sensorial. A pessoa pode se comunicar oralmente em português, algumas fazem leitura labial e/ou utilizam aparelho auditivo. As pessoas surdas possuem identidade, cultura e até língua própria, no Brasil, a Língua Brasileira de Sinais (LIBRAS).

Todo surdo é mudo?

Surdo-mudo é um termo que precisa ser banido da sociedade, já que a surdez não acarreta nenhuma perda no aparelho fonador, e são mínimos os casos de pessoas com problemas auditivos que não emitem qualquer tipo de som.

Uma pessoa é muda quando não utiliza o seu aparelho fonador - conjunto de órgãos e estruturas que produzem sons da fala - para conversar ou emitir qualquer manifestação vocal. Qualquer pessoa, inclusive as pessoas surdas, que tenha esse aparelho em perfeito estado, pode desenvolver a fala, geralmente com acompanhamento de um especialista.

Termos adequados

- Pessoa surda/ensurdecida
- Pessoa com deficiência auditiva



Tipos de deficiência

Dicas de interação

- Pessoas surdas se comunicam de maneira essencialmente visual e pela língua de sinais.
- Para iniciar uma conversa, acene ou toque levemente em seu ombro ou braço. Se a pessoa surda estiver acompanhada, fale diretamente com ela, e não com seu acompanhante.
- Procure falar pausadamente, com o tom normal de voz, e mantenha contato visual - se desviar o olhar, ela poderá entender que a conversa acabou.
- Fale articuladamente, movimentando bem os lábios, e evite levar objetos ou a mão à boca para não atrapalhar a leitura labial.
- Fale expressivamente, pois as pessoas surdas não podem ouvir as mudanças de tom que indicam sentimentos. Por isso, as expressões faciais são importantes.
- Se necessário, comunique-se pela escrita ou por mímicas e gestos para indicar o que quer dizer.
- Use um tom de voz normal, a não ser que peçam para você falar mais alto - elevar o tom nem sempre ajuda a entender melhor.



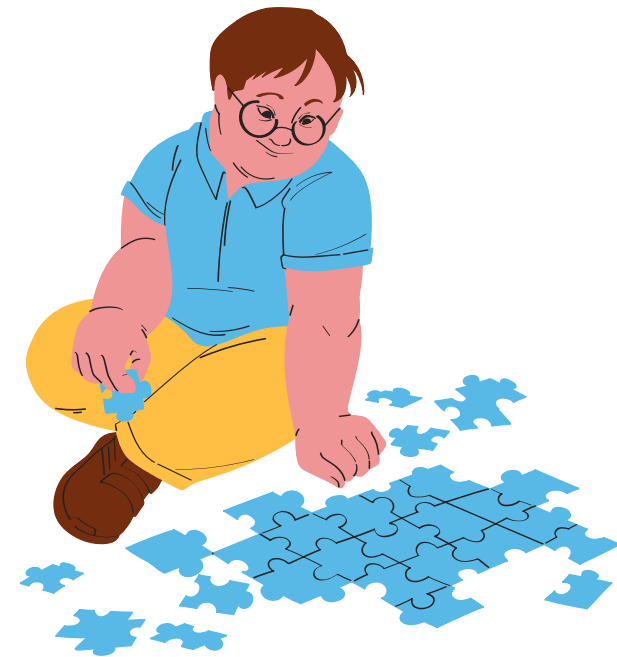
Tipos de deficiência

- Falar ao mesmo tempo que outras pessoas prejudica muito a percepção e o entendimento daqueles que sofrem com a perda de audição, pois é mais difícil acompanhar o que cada um está dizendo.
- Se a pessoa com deficiência auditiva estiver com um intérprete, dirija-se a ela, não ao intérprete.
- No planejamento de um evento, cuide para que haja recursos de acessibilidade, como intérprete de LIBRAS e legenda em tempo real.

DEFICIÊNCIA INTELECTUAL E MÚLTIPLA

Pessoas com o funcionamento intelectual significativamente inferior à média, com manifestação antes dos 18 anos e limitações associadas a duas ou mais áreas de habilidades adaptativas, tais como: comunicação; cuidado pessoal; habilidades sociais; utilização dos recursos da comunidade; saúde e segurança; habilidades acadêmicas; lazer e trabalho.

A deficiência múltipla, por sua vez, corresponde aos casos em que duas ou mais deficiências estão presentes simultaneamente.



Tipos de deficiência

Dicas de interação

- A pessoa com deficiência intelectual deve ser tratada com respeito e dignidade, assim como qualquer cidadão.
- Trate-a com naturalidade, e não como se fosse criança ou de forma infantilizada.
- Não subestime sua inteligência. Ela tem um tempo diferenciado de aprendizagem, mas é capaz de adquirir muitas habilidades e conhecimentos.
- Use uma linguagem simples.



Termos adequados

- Pessoa com deficiência intelectual/cognitiva
- Pessoa com deficiência múltipla
- Não tenha receio de orientar uma pessoa com deficiência intelectual quando perceber que ela está em uma situação duvidosa ou inadequada.
- Converse normalmente, apresentando-se e despedindo-se dela como faria com qualquer pessoa.
- Seja paciente e respeite as características individuais dela.

DEFICIÊNCIAS OCULTAS

São condições de saúde que não são imediatamente perceptíveis. Elas podem incluir, mas não se limitam, ao Transtorno do Espectro Autista (TEA), Transtorno de Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH), problemas auditivos, dislexia, fibromialgia, demência, doença de Crohn, fobias extremas, condições crônicas ou neurológicas, como epilepsia e esclerose múltipla, entre outras.

Existem diversos relatos de discriminação, preconceito e um constante sentimento de invalidação, pois muitas pessoas não acreditam ou não compreendem a gravidade de suas dificuldades. Contexto que pode diferir dos casos de pessoas que apresentam deficiências visíveis e que, por isso, podem receber maior consideração da sociedade.



Termos adequados

- Pessoa neurodiversa
- Pessoa com transtornos da mente
- Pessoa autista/com TDAH/com transtorno do espectro autista
- Pessoa com síndrome
- Pessoa com distúrbios neurológicos
- Pessoa com transtornos de aprendizagem

Você sabia?

Entendendo os cordões

O cordão de girassol é usado para sinalizar que um indivíduo tem uma deficiência oculta e pode precisar de suporte específico. O cordão com símbolo de quebra-cabeças, por sua vez, sinaliza que a pessoa possui Transtorno do Espectro Autista (TEA).



A utilização de cordão auxilia na isenção de justificativas e de explicações. Ele funciona como um identificador silencioso que comunica ao público geral e funcionários de quaisquer setores comerciais ou de transporte, que a pessoa que utiliza o cordão pode precisar de atendimento prioritário e humanizado - com suporte, paciência ou simplesmente mais tempo para realizar determinadas tarefas.

O uso do cordão abrange melhor acessibilidade, ajuda técnica, comunicação, mobiliário urbano, residências inclusivas, profissionais de apoio escolar e acompanhantes.

Atenção

A pessoa que utiliza do cordão não fica isenta de apresentar documento que comprove a deficiência oculta, caso solicitado.

Você conhece os seus direitos como servidor(a) da Unipampa?

Os(as) servidores(as) da Unipampa têm direito a solicitar **concessão de horário especial em caso de deficiência do(a) próprio(a) servidor(a) ou cônjuge, filho(a) ou dependente com deficiência**, amparado pelo **Art. 98, § 2º e § 3º da Lei no 8.112 de 1990**. A concessão do horário especial objetiva possibilitar ao(à) servidor(a) se ausentar do local de trabalho para prestar assistência ao cônjuge, filho(a) ou dependente com deficiência, **independentemente de compensação de horário ou desconto na remuneração**. O setor responsável por essa concessão é a Divisão de Perícias (dp.progepe@unipampa.edu.br).

A junta médica oficial fundamentará sua decisão **considerando a necessidade da presença do(a) servidor(a) junto ao familiar/dependente, bem como a condição do examinado com deficiência**, para aferir a forma de acompanhamento por parte do(a) servidor(a). Para tanto, levará em conta a situação fática, as possibilidades de assistência à pessoa com deficiência, o contexto familiar, bem como o papel do(a) servidor(a) na assistência à pessoa com deficiência, além de outras questões que eventualmente devam ser consideradas **para concluir pela concessão ou não do horário especial, a depender do caso concreto** e a critério dos peritos.



Você conhece os seus direitos como servidor(a) da Unipampa?

Nesse sentido, poderá ser solicitado pela junta médica oficial o que for necessário e passível de comprovação para que haja a convicção dos peritos, como o requerimento de exames complementares ou a avaliação do caso por médico especialista. A junta oficial poderá valer-se ainda de pareceres da equipe multiprofissional de saúde, a fim de subsidiar sua decisão. **A nova jornada do(a) servidor(a) será estipulada pelos médicos peritos**, que deverão atuar com razoabilidade. Os(as) servidores(as) que **tiveram o horário especial concedido poderão ser reavaliados(as) periodicamente**.

Serviço de Psicologia



Os(as) servidores(as) da UNIPAMPA que são pessoas com deficiência - ou, ainda, os que possuam filhos(as) com deficiência - podem contar com o **Serviço de Psicologia**, disponibilizado pela Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas (psicologia.progepe@unipampa.edu.br) - caso sintam necessidade desse acompanhamento. Da mesma forma, as chefias que apresentem alguma dificuldade e/ou que estejam precisando de orientação nesses casos, também podem nos procurar.

Referências

CÂMARA DE VEREADORES DE SANTO ÂNGELO. **Lei que formaliza o uso do cordão de fita com desenhos de girassóis é sancionada.** Disponível em: <<https://www.camarasa.rs.gov.br/lei-que-formaliza-o-uso-do-cordao-de-fita-com-desenhos-de-girassois-e-sancionada>>.

DRAUZIO VARELLA. **Entenda a relação entre o cordão de girassol e as deficiências ocultas.** Disponível em: <<https://drauziovarella.uol.com.br/psiquiatria/entenda-a-relacao-entre-o-cordao-de-girassol-e-as-deficiencias-ocultas/>>.

INSTITUTO FEDERAL DE SERGIPE. **Inclusão é atitude! Qual é a tua?** Disponível em: <<https://educapes.capes.gov.br/bitstream/capes/642684/2/Cartilha%20INCLUS%C3%83O%20%C3%89%20ATITUDE.pdf>>.

MELHOR COM SAÚDE. **Os 6 tipos de deficiência e suas características.** Disponível em: <<https://melhorcomsaude.com.br/tipos-de-deficiencia>>.

PROGEPE. **Cartilha: Como incluir de fato colegas autistas no trabalho?** UNIPAMPA, 2023. Disponível em: <<https://sites.unipampa.edu.br/cqvs/files/2023/06/cartilha-como-incluir-de-fato-colegas-autistas-no-trabalho.pdf>>.

SANOFI. **Cartilha de Diversidade & Inclusão: Promover um ambiente mais diverso e inclusivo é papel de todas as pessoas.** Disponível em: <https://www.sanofi.com.br/assets/dot-br/pages/docs/quem-somos/impacto-social/diversidade-e-inclusao/CARTILHA_DOSEUJEITO_DIVERSIDADE--1-.pdf>.

TRIBUNAL DE JUSTIÇA DE MINAS GERAIS. **Inclusão: Qual a sua atitude?** Disponível em: <<https://www.tjmg.jus.br/data/files/28/92/A5/2F/EC2B1910FDFC5A192D28CCA8/Cartilha%20Inclusao%20-%20Atualizada%20em%20set-2024.pdf>>.

TRT 12º REGIÃO. **Acessibilidade e inclusão: caminho para uma sociedade justa e solidária.** Disponível em: <<https://portal.trt12.jus.br/sites/default/files/2021-03/Cartilha.pdf>>.