

Febrero 2025

acerca madrid
cultura una puerta
a la inclusión

Píldoras para saber más de accesibilidad e inclusión



Con el apoyo de:

Carasso
Daniel & Nina
Fundación afiliada a la Fondation de France


Fundación "la Caixa"



SECRETARÍA DE ESTADO
DE ASUNTOS EXTERIORES
Y GLOBALES
DIRECCIÓN GENERAL DE NACIONES
UNIDAS, ORGANISMOS INTERNACIONALES
Y DERECHOS HUMANOS



CONSEJERÍA DE FAMILIA,
JUVENTUD Y ASUNTOS SOCIALES

Índice

A

Accesibilidad auditiva. Página 2

Accesibilidad cognitiva. Página 2

Accesibilidad física. Página 3

Accesibilidad visual. Página 4

Ajustes razonables. Página 6

Aplicación de la accesibilidad universal a los entornos culturales. Página 7

Aporofobia. Página 8

Audiodescripción. Página 8

Autonomía personal. Página 9

B

Braille. Página 12

C

Cadena de accesibilidad en el acceso y participación en la oferta cultural. Página 14

Comunicación inclusiva. Página 15

D

Discapacidad. Página 17

Discapacidad psicosocial. Página 17

Distrofia. Página 18

Diversidad cultural. Página 19

E

Edadismo. Página 20

Enfermedad rara. Página 20

Errores más habituales a la hora de hablar de la discapacidad y de las personas con discapacidad. P. 22

Estereotipos, prejuicios y estigmas. Página 23

Exclusión social. Página 24

Índice

I

Indicador AROPE. Página 27

Índice de Desarrollo Humano ajustado por desigualdad.

Intérprete en Lengua de Signos Española. Página 28

M

Microestigmas. Página 31

Mochila vibratoria. Página 31

P

Paseo escénico. Página 33

Personas refugiadas. Página 33

Pictogramas. Página 35

Planificación Anticipada de Decisiones (PAD). Pág. 35

Planos hápticos. Página 36

S

SAAC. Página 38

Salida Acerca Cultura. Página 39

Sinhogarismo. Página 39

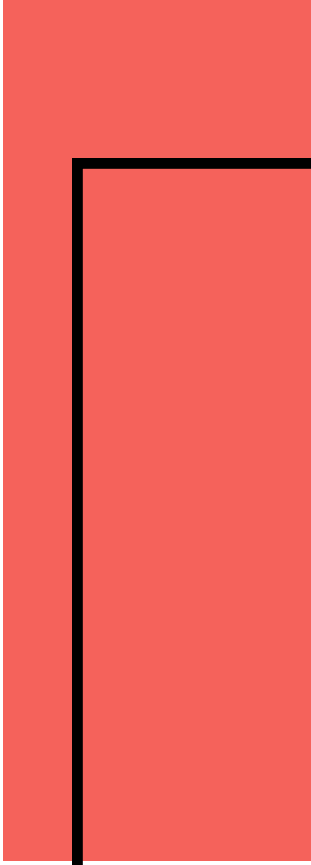
Soledad no deseada. Página 40

T

Trastorno del espectro autista. Página 44

V

Violencia de género. Página 46



A

¿Qué es la accesibilidad auditiva?

Son las medidas destinadas a facilitar el acceso a los contenidos y a la comunicación a personas con problemas o pérdida de audición.

- Según el INE, en España hay 1.230.000 personas con discapacidad auditiva.
- Medidas:
 - Sistema de apoyo auditivo y mochilas vibratorias.
 - Subtítulos y guías multimedia.
 - Correcta iluminación de los espacios y señales luminosas.
 - Programas de mano en lectura fácil y planos y mapas en lengua de signos
 - Intérprete de lengua de signos.
 - Pantallas visuales e información visual.
 - Audioguías y signoguías.
- Estas medidas están destinadas a personas sordas, personas con discapacidad auditiva y personas mayores, pero nos benefician a todos.

Muchos espacios culturales disponen de estas medidas para hacer inclusiva y accesible su programación.

¿Qué es la accesibilidad cognitiva?

Es hacer el mundo más fácil de entender para todas las personas.

- El objetivo es que todas las personas puedan acceder, usar y participar de los espacios, los productos, los servicios, los objetos, los dispositivos y los contenidos de manera autónoma y natural en función de sus necesidades y características.

- La accesibilidad cognitiva beneficia a todas las personas, pero especialmente estamos haciéndole el mundo más fácil a:
 - Personas con discapacidad intelectual o del desarrollo.
 - Personas con discapacidad psicosocial.
 - Personas mayores.
 - Personas con deterioro cognitivo.
 - Personas que tienen un manejo básico del idioma.
- Medidas:
 - Señalización de los espacios (pictogramas, braille, mapas adaptados, identificación de puntos de entrada, salida, de recorridos, de uso de espacios).
 - Adaptación de los contenidos y de la información (lectura fácil, pictogramas, imágenes).
 - Comunicación e interacción (utilizar un lenguaje más fácil, construcciones gramaticales más simples, rehuir de conceptos complejos y muy técnicos, indicaciones sencillas y concretas...).
 - Diseño accesible de los dispositivos y de los procesos digitales (uso de apps, proceso de compra de entradas, navegación en páginas web).
- Las medidas de accesibilidad cognitiva deben ser contempladas en el origen del diseño de los contenidos y de los espacios culturales y mantenerse de forma estable y permanente.
- La accesibilidad universal en España se recoge en el RD/Real Decreto Legislativo 1/2013 de 29 de noviembre.

¿Qué es la accesibilidad física?

Son las medidas implementadas en los espacios que permiten a cualquier persona acceder y utilizarlos con la máxima autonomía y seguridad.

- Según el INE, en 2022 había 2.403.000 personas con problemas de movilidad en España.
- Algunas de las medidas de accesibilidad físicas que se pueden implementar en un espacio cultural son:
 - Estacionamiento vehicular reservado.
 - Rampas de acceso y plataformas elevadas.
 - Ascensores y baños accesibles.
 - Espacios de información, taquillas y zonas de restauración adaptados a personas en silla de ruedas.
 - Préstamo de silla de ruedas y asientos portátiles.
 - Espacios y mobiliario de descanso.
 - Acceso e itinerarios diferenciados y/o preferentes para personas con discapacidad física o movilidad reducida.
- La accesibilidad física no solo beneficia a personas con discapacidad física y con movilidad reducida, sino también a personas mayores, personas embarazadas y personas lesionadas.

Para garantizar el derecho de acceso a la cultura es importante que todas las personas puedan acceder a los espacios culturales y moverse dentro de ellos con garantías.

¿Qué es la accesibilidad visual?

Son medidas destinadas a facilitar el acceso a los contenidos y a la comunicación de las personas con disminución total o parcial de la visión, para que puedan interactuar con su entorno, con los espacios, con los contenidos y con la información.

- El grado de discapacidad visual se mide a través de distintos parámetros, como la capacidad lectora de cerca y de lejos, el campo visual o la agudeza visual.

- De los más de 4 millones de personas con discapacidad que había en España en 2020, casi un cuarto tenía una discapacidad de tipo visual.
- Las personas con discapacidad visual no gozan de plena autonomía para realizar sus desplazamientos, realizar tareas de su vida diaria, acceder a información, y encuentran restricciones para acceder y participar en ámbitos educativos, laborales y de ocio.
- Medidas:
 - Visuales: muchas personas conservan un resto de visión y un adecuado diseño ambiental permite su uso eficiente (rótulos, tamaño de los objetos y de las tipografías, contraste cromático, reflejos en superficies, iluminación...).
 - Auditivos: que facilitan la orientación en los desplazamientos, permiten recibir información de alerta de posibles peligros y recibir información de lo que está pasando en el entorno cuando no hay narración.
 - Táctiles: la instalación de texturas diferentes permite acceder a información y contenidos, identificar o discriminar distintos espacios, descubrir el lugar en que se encuentra, así como estudiar los terrenos y las superficies por las que se desplaza para resolver de una manera satisfactoria la mayoría de las situaciones.
- Para facilitar el desenvolvimiento autónomo, resulta imprescindible que los entornos dispongan de medidas para:
 - Posibilitar la orientación en los espacios.
 - Facilitar la localización de puntos de interés, objetos, etc.
 - Minimizar los peligros y alertar de posibles riesgos.
 - Recibir de forma comprensible la información disponible para acceder a contenidos, realizar acciones, tomar decisiones, etc.
 - Compensar las carencias para percibir los contenidos que son puramente visuales.

- Para las personas con discapacidad visual, tanto los avances como la incuestionable supremacía visual pueden convertirse en nuevas barreras y factores de exclusión para su plena participación e integración en la comunidad.

Las personas con discapacidad visual tienen derecho a acceder de forma autónoma a todos los espacios, a la información y a los contenidos de su entorno y a disfrutar y participar de la cultura.

¿Qué son los ajustes razonables?

Son los cambios y adaptaciones realizados sobre el entorno, bienes y servicios a la situación y realidad de una persona en concreto.

- El objetivo es eliminar barreras que dificultan el ejercicio de derechos individuales de las personas con discapacidad en entornos no accesibles.
- Razonables significa que se deben implementar sin que generen un esfuerzo desproporcionado para quien los hace.
- Los ajustes razonables son diferentes a las medidas de accesibilidad. Las medidas de accesibilidad están pensadas para grupos de personas y se implementan de manera progresiva. Los ajustes razonables se realizan de para una persona en concreto y son de aplicación inmediatamente a todos los derechos.
- Hasta que no se garantice el diseño universal, los ajustes razonables son imprescindibles en los puestos de trabajo para garantizar que todas las personas puedan desempeñar su trayectoria laboral en el sector cultural y garantizar la no discriminación.

Algunos ejemplos de ajustes razonables son facilitar horarios flexibles, implementar opciones de teletrabajo, implementar programas informáticos de reconocimiento de voz o equipar de mobiliario de altura regulable.

Aplicación de la accesibilidad universal a los entornos culturales

El 22 de marzo de 2023 se publicó un Real Decreto (RD) que regula las condiciones básicas de **accesibilidad y no discriminación** de las personas con discapacidad para el acceso y utilización de los bienes y servicios a disposición del público.

- Este Real Decreto (RD) está alineado con la Convención de Naciones Unidas de 2006, que recoge la accesibilidad como un derecho y una obligación por parte de los estados.
- El RD explicita que las administraciones públicas velarán por el respeto del derecho a la igualdad de oportunidades y no discriminación de las personas con discapacidad.
- En el artículo 23 recoge la obligación de que los bienes y servicios de carácter cultural e histórico de titularidad pública sean accesibles para todas las personas, elaborando y poniendo en práctica planes específicos de accesibilidad.
- Por ejemplo, los espacios escénicos de titularidad pública deberán instalar en sus salas sistemas de inducción magnética, pantallas de subtítulo y audiodescripción para que las personas con discapacidad sensorial puedan acceder a los contenidos de las obras objeto de exhibición.
- El RD marca unos plazos de aplicación:
 - En los bienes y servicios nuevos de titularidad pública: 1 de enero de 2025.
 - En los bienes y servicios nuevos de titularidad privada que concierten o suministren las Administraciones públicas, el 1 de enero de 2025; en el resto de bienes y servicios de titularidad privada que sean nuevos, el 1 de enero de 2029.
 - En los bienes y servicios ya existentes y que sean susceptibles de ajustes razonables, tales ajustes deberán realizarse antes del día 1 de enero de 2026, cuando sean bienes y servicios de titularidad pública o bienes y servicios de titularidad privada que concierten o suministren las Administraciones públicas; y antes del 1 de enero de 2030, cuando se trate del resto de bienes y servicios de titularidad privada.

¿Qué es la aporofobia?

Es el miedo o rechazo a las personas en situación de pobreza y a la pobreza en sí misma.

- La palabra está formada a partir de la voz griega *á-poros*, ('sin recursos' o 'pobre') y *fobos* ('miedo') y fue acuñado por la filósofa Adela Cortina.
- Adela Cortina explicó que la aporofobia «es lo más contrario que puede existir a la democracia, a los derechos humanos y a la declaración de la dignidad del hombre».
- Se trata de una disfunción social que refuerza la discriminación que sufren las personas que se encuentran en una situación de pobreza.
- Explica, por ejemplo, por qué socialmente se rechaza a las personas refugiadas pero no a los inversores extranjeros o turistas ricos.
- Según Hogar Sí, un 47% de las personas sin hogar han sido víctimas de un delito de odio por aporofobia.
- La xenofobia y el racismo están relacionados con la condición de pobreza de las personas que la sufren.

El acceso y participación en cultura es un derecho de todas las personas, con independencia de su condición económica.

¿Qué es la audiodescripción?

Fuente: APTENT.

Es el método a través del cual una persona ciega o con discapacidad visual puede acceder a la información transmitida por una imagen.

- La audiodescripción y las audioguías adaptadas suministran una información sonora adicional que traduce, complementa o explica la parte visual de una exposición o función de teatro, por ejemplo.

- Solamente en España se considera que existe cerca de 1.000.000 de personas con algún tipo de discapacidad visual.
- La norma UNE 153020 establece un código de buenas prácticas para la realización de guiones y producción de audiodescripción.
- La audiodescripción y las audioguías adaptadas también son de utilidad para otras personas, como aquellas con problemas perceptivos y cognitivos.

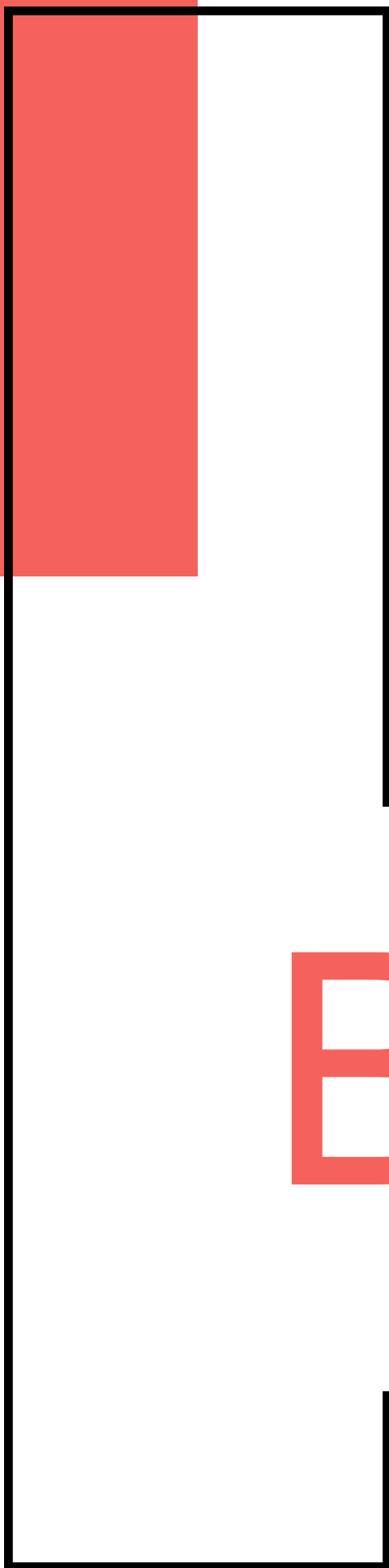
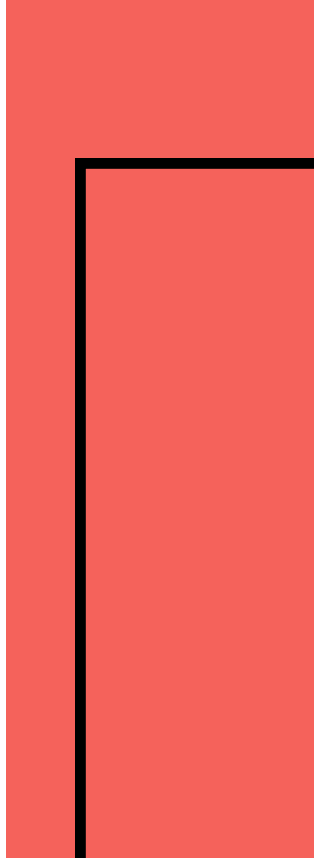
Es una medida de accesibilidad útil en espacios culturales como museos, teatros, etc.

¿Qué es la autonomía personal?

Capacidad de la persona para decidir y llevar a cabo las actividades de la vida cotidiana, utilizando sus propias habilidades y recursos.

- La Convención de la ONU sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad reconoce que las personas con discapacidad tienen “derecho a vivir de forma independiente y a ser incluidas en la comunidad [...] con opciones iguales a las de las demás”.
- Es importante desarrollar apoyos que permitan adaptar las tareas y el entorno, que garanticen el modo de vida independiente para todas las personas con discapacidad que lo elijan.
- Los Servicios de Apoyo a la Vida Independiente (SAVI) son servicios se encargan de apoyar a las personas con discapacidad intelectual o del desarrollo que viven de forma independiente.
- Garantizar la autonomía en la participación cultural supone posibilitar que todas las personas puedan elegir qué, cómo y cuándo disfrutar de las experiencias culturales.

Los espacios y programadores culturales deben facilitar el acceso y participación cultural implementando todas las medidas para que no se rompa la cadena de accesibilidad en toda la experiencia.

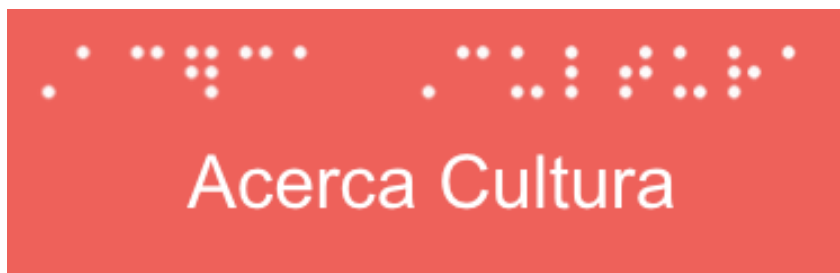


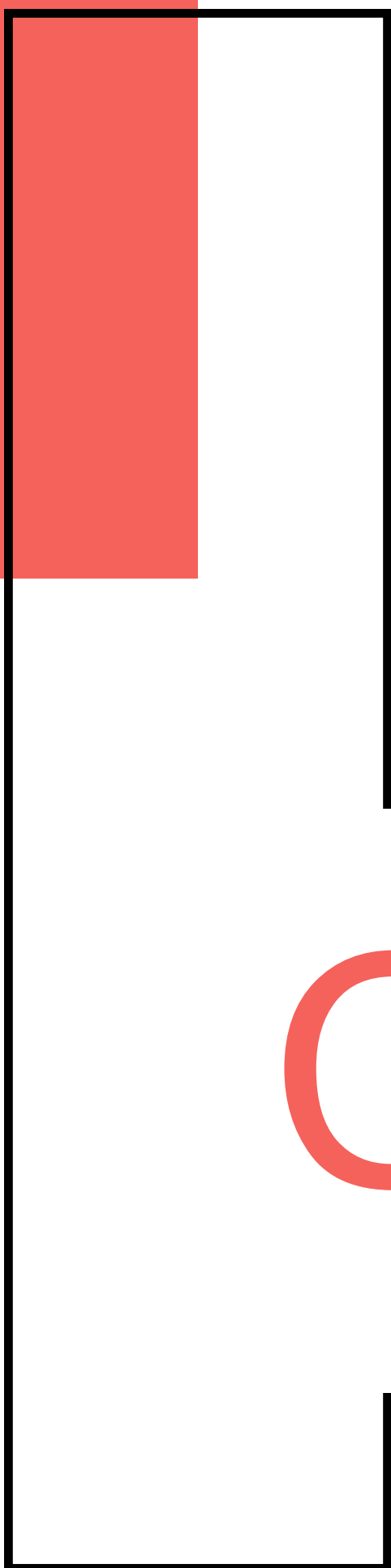
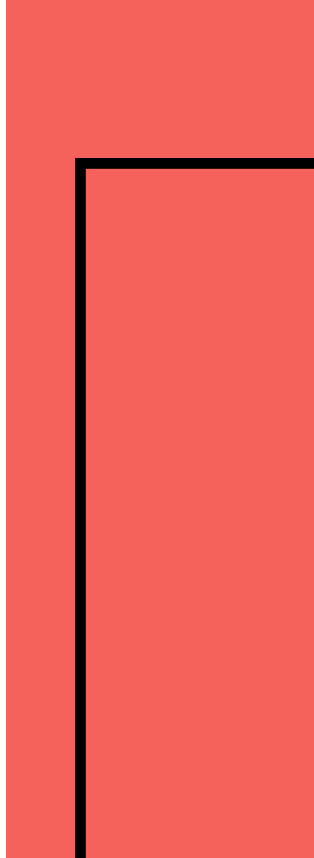
B

¿Qué es el braille?

Es un sistema de lectura y escritura táctil pensado para personas ciegas.

- Debe su nombre a Luis Braille, que en 1825 ideó su sistema de puntos en relieve.
- El sistema braille no es un idioma, sino un alfabeto.
- También conocido como cecografía, aporta a las personas ciegas una herramienta válida y eficaz para leer, escribir, acceder a la educación, a la cultura y a la información sin necesidad de ver, guiándose solo por el tacto.
- La combinación de los seis puntos permite obtener 64 combinaciones diferentes.
- Se escribe de derecha a izquierda y se lee de izquierda a derecha.
- Este es un ejemplo de Braille:





C

¿Qué es la cadena de accesibilidad en el acceso y participación en la oferta cultural?

Es la experiencia de usuario de una persona con nuestro espacio y nuestras actividades, es decir, todos los puntos de interacción para que pueda acceder, utilizar y disfrutar del entorno y los contenidos.

- Incluye el acceso y comprensión a la información, el acceso y desplazamiento al espacio y por el espacio, y la comprensión y uso de la actividad artística o cultural.
- La cadena de accesibilidad debe garantizarse para todas las personas, sin que existan interrupciones o "roturas" en la experiencia de principio a fin.
- La cadena de accesibilidad aplicada a cultura incluye:
 - Toma de decisión.
 - Trayecto y localización.
 - Acceso y circulación.
 - Uso y utilización.
 - Descanso y reposo.
 - Trayecto de vuelta.
- El primer eslabón de la cadena es que todas las personas puedan acceder y comprender la información sobre el espacio y la actividad, para ser autónomas en la decisión de valorar si quieren participar en la propuesta cultural.

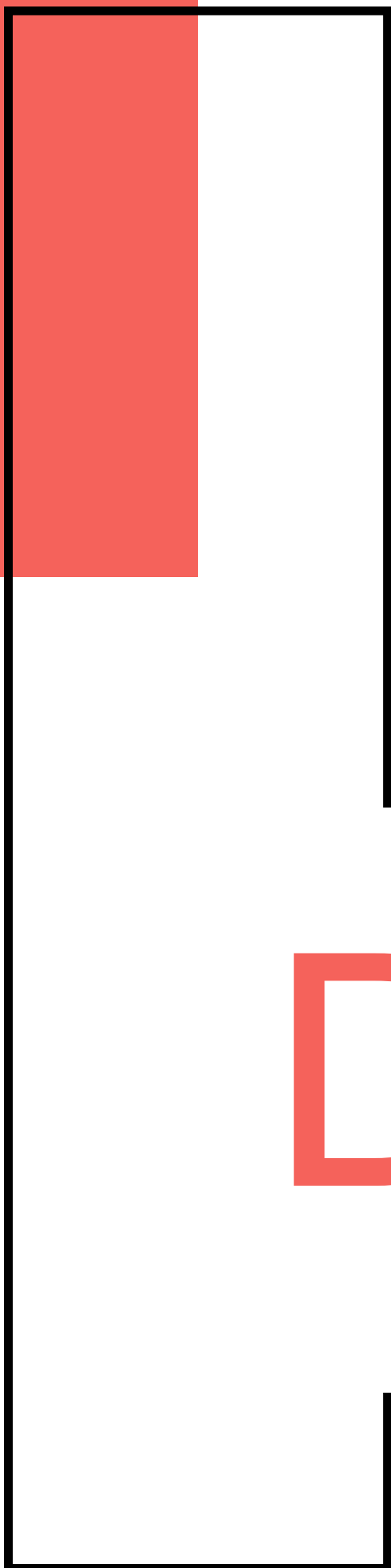
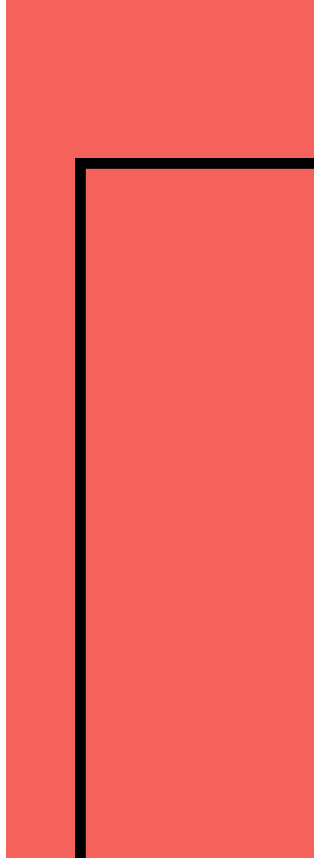
Los espacios culturales deben trabajar por que la experiencia de todos sus públicos sea autónoma, segura y completa, para garantizar el ejercicio de los derechos culturales.

¿Qué es la comunicación inclusiva?

Es la forma de comunicarse de manera que todas las personas puedan sentirse apeladas y representadas en los mensajes.

- Implica el uso de mensajes, textos e imágenes respetuosas con todas las personas, representativas de la diversidad, no discriminatorios y que no fomenten ni perpetúen estereotipos de género ni por cuestión de edad, origen, condiciones personales o situación socioeconómica, por ejemplo.
- También implica el uso de mensajes, textos e imágenes que superen visiones y narrativas generadas desde una única mirada y que no tengan en cuenta realidades de otros contextos culturales, sociales e históricos.
- Aunque están relacionadas, la comunicación inclusiva y la información inclusiva no son lo mismo. La comunicación inclusiva es cómo nos relacionamos con todas las personas, mientras que la información inclusiva es cómo hacemos accesible y comprensible el contenido.

La comunicación inclusiva facilita procesos de apropiación y de sentimiento de pertenencia de todas las personas a los espacios y programaciones culturales.



D

¿Qué es la discapacidad?

Es una afección del cuerpo o la mente que hace más difícil que se realicen determinadas actividades y/o interacciones con el mundo que nos rodea y/o que se realicen de manera diferente.

- La OMS calcula que 1 de cada 6 personas en el mundo sufre o sufrirá una discapacidad importante.
- Hay varios tipos de discapacidad: intelectual, visual, auditiva, física y mental.
- Estas discapacidades pueden sumarse en una misma persona, incrementando las barreras con las que se encuentra en su día a día.
- Es recomendable hablar de personas con discapacidad, no discapacitados o incapaces.
- Los estigmas, prejuicios y estereotipos agravan la situación de la persona con discapacidad.
- Las personas con discapacidad tienen derecho a acceder y participar de manera normalizada en las actividades y la oferta cultural.

Es responsabilidad de todos implementar las medidas de accesibilidad e inclusión necesarias para que puedan ejercer sus derechos.

¿Qué es la discapacidad psicosocial?

Es un tipo de discapacidad que se caracteriza por una alteración significativa, temporal o permanente, de la capacidad cognitiva, la regulación de las emociones o el comportamiento.

- No todas las personas con un trastorno mental tienen discapacidad psicosocial, pero pueden tenerla si encuentran barreras que limitan su inclusión y su interacción con el entorno y se agrava por el estigma social.

- Según datos oficiales, en el año 2030 la discapacidad psicosocial será la principal causa de discapacidad en el mundo.

Los trastornos de Salud Mental más comunes son la ansiedad, la depresión, el trastorno bipolar, el trastorno de estrés postraumático, la esquizofrenia, el trastorno del comportamiento alimentario, el trastorno de comportamiento disruptivo y disocial y trastornos del neurodesarrollo.

¿Qué es la distrofia?

Es un grupo de enfermedades que provocan debilidad progresiva y pérdida de la masa muscular.

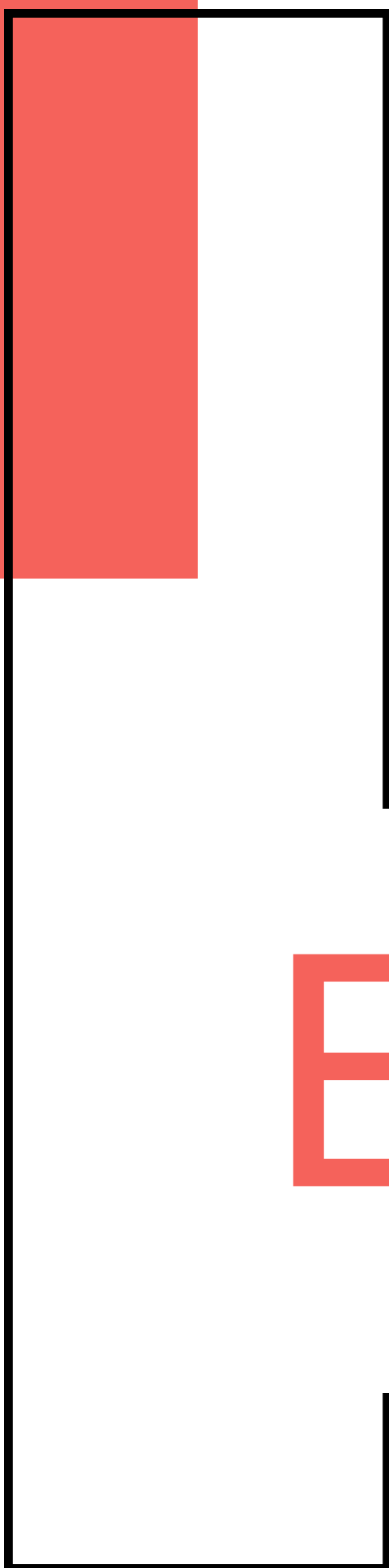
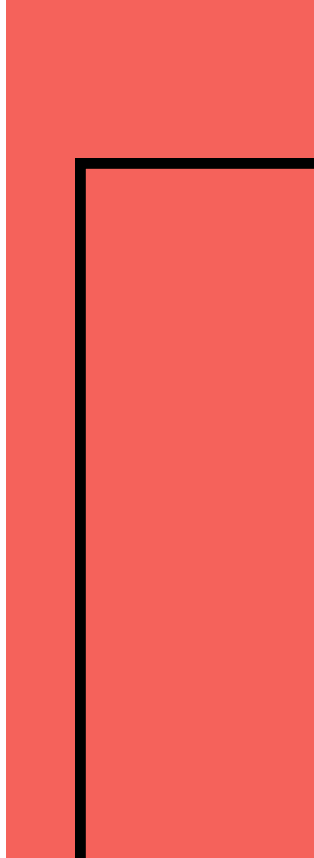
- Genes anormales (mutaciones) interfieren en la producción de proteínas necesarias para formar músculos saludables.
- Los síntomas de la variedad más frecuente comienzan en la infancia, principalmente en los varones.
- Las complicaciones de la debilidad muscular progresiva pueden suponer problemas para caminar, para usar los brazos, un acortamiento de los músculos o los tendones en torno a las articulaciones (contracturas) y afectación cognitiva.
- Los síntomas pueden abarcar desde babeo o párpado caído a problemas para caminar.
- Las personas con distrofia muscular pueden disfrutar de la cultura cuando se implementan medidas de accesibilidad físicas y cognitivas.
- Las medidas de accesibilidad de los espacios culturales facilitan el acceso a la cultura a las personas con distrofia.

¿Qué es la diversidad cultural?

Es las múltiples formas en que se expresan las culturas de grupos y sociedades.

- El Artículo 4.1 de la Convención sobre la Protección y Promoción de la Diversidad de las Expresiones Culturales recoge que estas expresiones se transmiten dentro de los grupos y sociedades y entre ellos.
- Se expresa a través de formas variadas y aumenta y transmite el patrimonio cultural de la humanidad.
- La diversidad cultural también se expresa a través de diversos modos de creación, producción, difusión, distribución y disfrute artísticos, cualesquiera que sean los medios y tecnologías utilizados.
- Las expresiones culturales son aquellas expresiones que resultan de la creatividad de individuos, grupos y sociedades, y que tienen un contenido cultural.

La diversidad cultural es base de la vida comunitaria y de una sociedad en la que todas las personas estemos representadas y tengamos igualdad de oportunidades para expresar y vivir nuestra identidad.



E

¿Qué es el edadismo?

Es la discriminación por razón de edad, especialmente de las personas mayores.

- Es el conjunto de estereotipos y prejuicios que presuponen que todas las personas de una determinada edad piensan y se comportan de igual manera o tienen las mismas necesidades o intereses.
- Las actitudes edadistas parten del supuesto que las personas mayores han perdido capacidades, aportan poco valor social y no pueden tomar decisiones por ellas mismas.
- Son comportamientos edadistas, por ejemplo, excluir o invisibilizar a las personas mayores, infantilizarlas en el trato o presuponerlas frágiles o menos capaces simplemente por tener una determinada edad.
- Existe edadismo institucional, edadismo interpersonal y edadismo autoinflingido.
- Según la OMS, el edadismo impacta negativamente en la salud y el bienestar de las personas mayores, provocando algunos efectos muy perjudiciales:
 - Menor esperanza de vida y peor salud física, mental y emocional.
 - Menor bienestar y calidad de vida.
 - Mayor aislamiento social y soledad.
 - Incremento de la pobreza y la inseguridad económica.
 - Mayor riesgo de sufrir casos de violencia y abuso.

La participación activa en cultura de las personas contribuye a mejorar su calidad de vida y a disminuir situaciones de soledad no deseada, y a eliminar prejuicios sobre ellas.

¿Qué es una enfermedad rara?

Es aquella que tiene baja prevalencia en la población: afecta a menos de 5 personas por cada 10.000 habitantes.

- Las enfermedades raras son, en su mayor parte, crónicas y degenerativas. El 65% de estas patologías son graves e invalidantes.
- Actualmente más de 300 millones de personas conviven con enfermedades raras en el mundo. 3 millones en España.
- Se estima que existen más de 7.000 enfermedades raras.
- Un paciente con una enfermedad rara espera una media de 6 años hasta obtener un diagnóstico.
- Los costes suponen cerca del 20% de los ingresos familiares anuales. Son gastos necesarios, como medicación, transporte adaptado o asistencia personal.
- El 43% sintió discriminación, al menos, en alguna ocasión debido a su enfermedad.

Los espacios culturales deben garantizar el derecho de acceso a la cultura a las personas con enfermedades raras.

¿Cuáles son los errores más habituales a la hora de hablar de la discapacidad y de las personas con discapacidad?

“Discapacitados”: Son personas con discapacidad, no discapacitadas.

Sordos, ciegos, autistas, etc: No se deben utilizar etiquetas genéricas. Pongamos el énfasis en las personas, no en las discapacidades. Debemos decir “Persona con discapacidad auditiva” o “Personas con autismo”.

“Personas normales vs personas con discapacidad”: No se debe usar la palabra "normal" cuando hablamos de personas sin discapacidad. Es simple; personas con discapacidad y personas sin discapacidad.

Asimilar la discapacidad a la enfermedad: La discapacidad no es una enfermedad, es el resultado de la interacción con el entorno. Si el entorno es accesible, las personas no tienen ninguna limitación para ser autónomas y tener una buena calidad de vida.

“Sillita”, “carrito”: No utilicemos diminutivos: silla de ruedas, carro.

“Sufre esquizofrenia, sufre una discapacidad”: No utilicemos verbos o términos negativos como padecer, afligir, sufrir, estar postrado, que además están vinculados a la enfermedad. El verbo “tener” no denota nada negativo: “Tiene una distrofia muscular”.

“Personas diferentes”: No utilicemos eufemismos condescendientes, como “físicamente limitados” ni tampoco hablemos de ellas como si fueran héroes.

Mejor especificar la discapacidad concreta que hablar de discapacidad en genérico:

- “Niño con autismo”.
- “Persona con síndrome de Down”.
- “Persona con discapacidad auditiva”.

¿Qué son los estereotipos, prejuicios y estigmas?

Se suelen utilizar como sinónimos en el habla informal, pero son conceptos diferentes.

- **Estereotipos:** atribuciones de cualidades y percepciones simplificadas (positivas o negativas) sobre un colectivo de personas, basadas en información distorsionada y en falsas creencias y teniendo solo en cuenta sus características externas (es una respuesta cognitiva que sirve como atajo mental).
- **Prejuicios:** opinión negativa sobre una persona, sin base real ni basada en ninguna experiencia con esa persona (es una respuesta emocional irracional).
- **Estigmas:** desacreditación de una persona o colectivo por sus características físicas, su origen o su comportamiento (surge del desconocimiento y/o miedo a esas personas).

Tienen que ver con cómo nos ven, perciben y definen los demás, no con cómo somos.

Los estereotipos negativos dan lugar a los prejuicios, que a su vez provocan los estigmas y la discriminación.

Para combatirlos, debemos cambiar la mirada sobre las personas y no juzgarlas antes de conocerlas.

Tratemos a todas las personas con dignidad y con respeto.

Para reducir el impacto que los prejuicios, los estereotipos y los estigmas pueden producir en nuestra vida, la cultura es una de las mejores herramientas, porque nos ayuda a desarrollar el pensamiento crítico y a reflexionar sobre nuestras propias creencias.

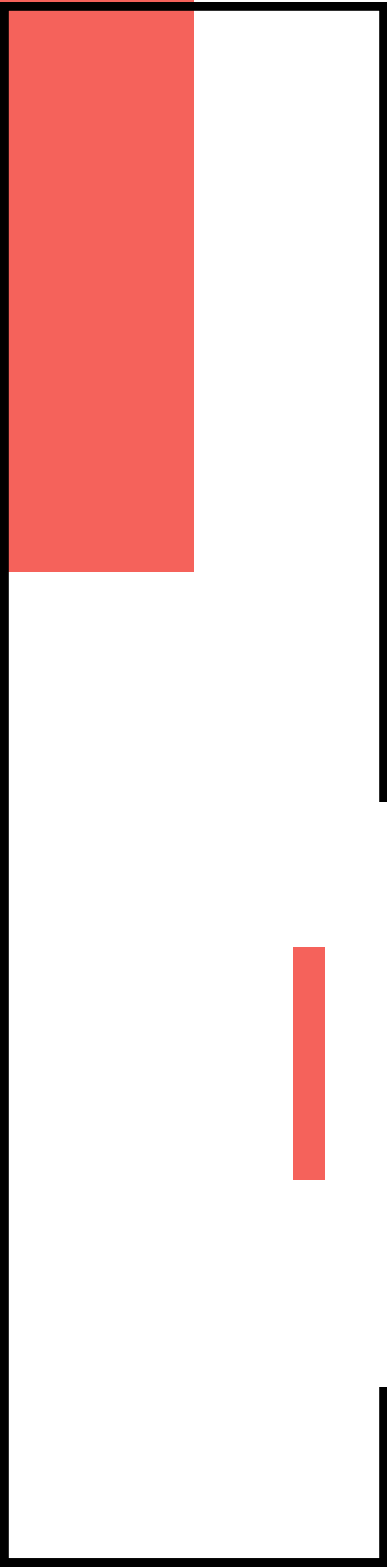
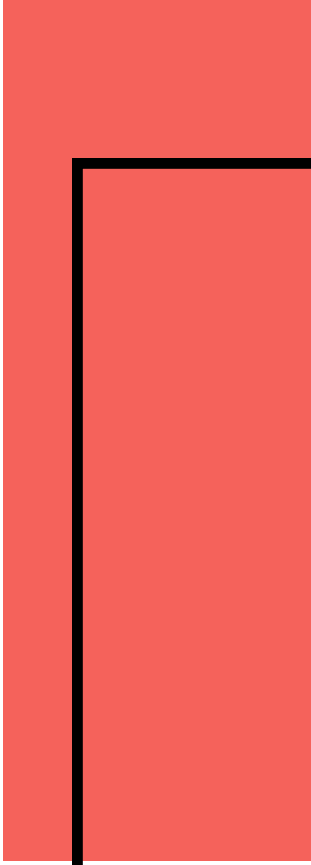
¿Qué es la exclusión social?

Es una situación en la cual ciertas personas o grupos de personas no tienen acceso equitativo a oportunidades y servicios que son fundamentales para llevar una vida feliz y digna.

- Es una forma de discriminación y marginación compleja que afecta a personas y comunidades en todo el mundo.
- Pobreza y exclusión social están estrechamente relacionadas, pero no deben confundirse. La pobreza se centra específicamente en la discriminación por factores económicos, mientras la exclusión social abarca una gama más amplia de circunstancias.
- Existen cinco causas de exclusión social:
 - Factores económicos
 - Factores sociales
 - Factores políticos
 - Factores culturales y educativos
 - Impacto de la globalización y la tecnología

- La exclusión social se mide en función de los siguientes Indicadores:
 - Tasas de desempleo y subempleo.
 - Niveles de pobreza y desigualdad de ingresos.
 - Acceso a servicios básicos.
 - Participación social y política.
 - Indicadores de discriminación y segregación.

Desde la gestión cultural se debe tener en cuenta estos factores para promover medidas que permitan que todas las personas puedan acceder y participar de los espacios y programaciones culturales y artísticas.



¿Qué es el indicador AROPE?

Es el acrónimo de "At risk of poverty and/or exclusion", es decir, "En riesgo de pobreza y/o exclusión".

- Es un indicador propuesto por la Unión Europea para evaluar el grado de cumplimiento de los objetivos de inclusión social propuestos en la Estrategia EU2020.
- Hace referencia al porcentaje de población que se encuentra en riesgo de pobreza y/o exclusión social.
- El último informe "El estado de la pobreza" en España indica que:
 - En el año 2023, el 26,5 % de la población española estaba en riesgo de pobreza y/o exclusión social, 240.000 personas más que el año anterior.
 - España no mantiene una reducción proporcional adecuada de sus tasas de pobreza y/o exclusión para conseguir el objetivo comprometido en la Agenda 2030.
 - En el año 2023, el 31 % de las personas con discapacidad, es decir, más de una de cada tres, estaba en riesgo de pobreza y/o exclusión, un 9% más que las personas sin discapacidad.
 - Casi la mitad de la población española tuvo alguna clase de dificultad para llegar a fin de mes (48,7 %).
 - El crecimiento económico por sí solo no es suficiente para luchar contra la pobreza y la exclusión.

¿Qué es el Índice de Desarrollo Humano ajustado por desigualdad?

El Índice de Desarrollo Humano ajustado por desigualdad está elaborado por el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo.

- Este índice tiene en cuenta si las personas pueden “ser” y “hacer” cosas deseables en su vida.
- Naciones Unidas entiende por cosas deseables participar en la vida comunitaria. Es indudable que las actividades culturales son parte de la vida comunitaria.
- Los países que presentan una mayor puntuación en este índice son países que también tienen una mayor puntuación en el Índice de Desarrollo Humano, que se entiende como el potencial del desarrollo que puede alcanzar un país, y que mide aspectos vinculados con la educación, la sanidad y el PIB.
- En estos países la cohesión social y el sentimiento de pertenencia al territorio y a la comunidad son mayores, son sociedades más tolerantes, más empáticas y más resilientes para afrontar los problemas el futuro sin dejar a nadie atrás.
- España muestra un nivel de desigualdad considerable, especialmente en la distribución de la riqueza. El 10% más rico posee casi el 60% de la riqueza total, mientras que el 50% más pobre tiene menos del 7%.

La cultura es un factor fundamental para el desarrollo: la diversidad cultural, el diálogo intercultural y la cohesión social son imprescindibles para el desarrollo humano, ya que fomentan la inclusión, la participación ciudadana y la creación de identidad personal y comunitaria.

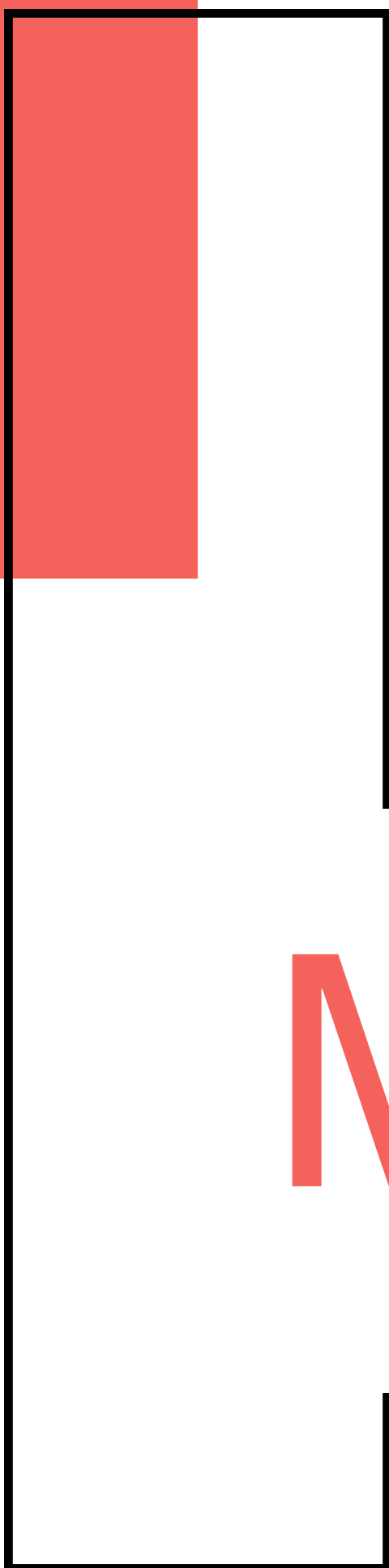
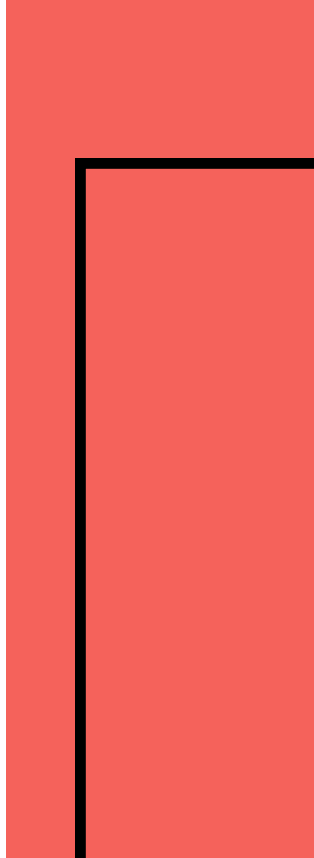
¿Qué es un o una Intérprete en Lengua de Signos Española (ILSE)?

Es el acrónimo de Intérprete en Lengua de Signos Española.

- Es el o la profesional que interpreta y traduce la información de la lengua de signos a la lengua oral y escrita y al contrario.
- Garantiza la comunicación entre las personas con discapacidad auditiva, que sean usuarias de esta lengua y su entorno.

- La Ley 27/2007, de 23 de octubre, reconoce las lenguas de signos españolas y regula los medios de apoyo a la comunicación oral de las personas sordas, con discapacidad auditiva y sordociegas.
- La persona intérprete actúa bajo un código deontológico, cuyas máximas son imparcialidad, secreto profesional, distancia profesional y fidelidad en el mensaje.
- Muchos espacios culturales disponen de guías-intérpretes, que traducen las funciones de teatro o las visitas a exposiciones.

Las y los ILSE contribuyen a eliminar las barreras de comunicación entre todas las personas.



M

¿Qué son los microestigmas?

Fuente: Cátedra contra el estigma.

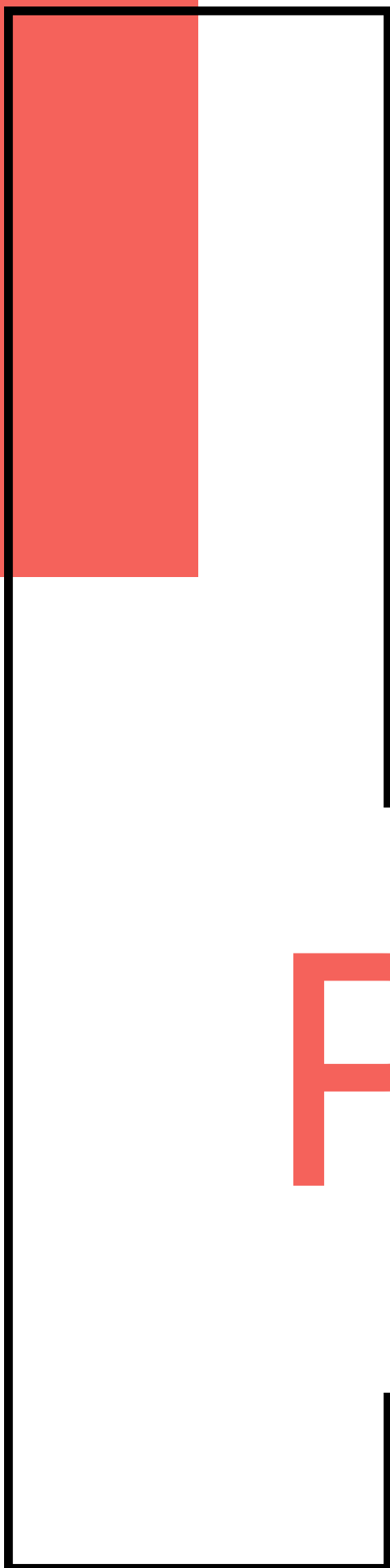
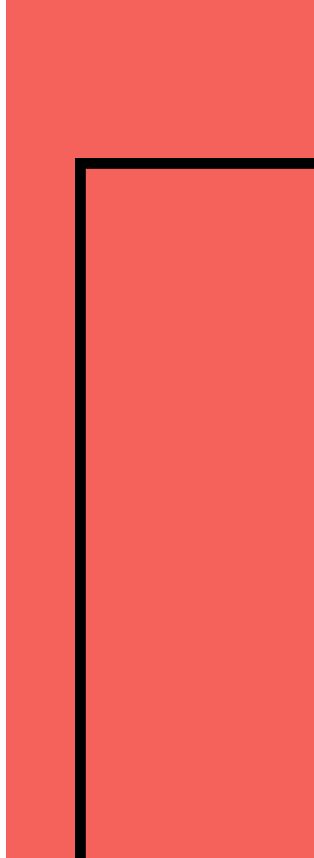
Son acciones, actitudes o comentarios que perpetúan estereotipos, prejuicios o discriminaciones.

- Pueden pasar desapercibidos o ser considerados como normales o inofensivos.
- Implican pequeños comportamientos pero con grandes efectos en la persona que los sufre.
- Ejemplos:
 - Hablar de forma infantil a un adulto con discapacidad.
 - Acabar las frases o no dejar hablar a personas de la tercera edad.
 - Asumir que una persona que tiene un trastorno mental no podrá estudiar una carrera universitaria o desarrollar una trayectoria laboral normalizada.
- Aunque hay algunas personas víctimas de los estigmas y la discriminación en mayor grado, todas somos susceptibles de ser blanco de los microestigmas.
- Para eliminar los microestigmas del día a día debemos darnos cuenta de que existen y evitar su uso.

Todas las personas merecemos vivir en una sociedad en la que seamos respetadas y tratadas con dignidad.

¿Qué es la mochila vibratoria?

- Transforma la música y sonidos en vibración.
- Se coloca en el pecho.
- Se puede regular la vibración en función de las necesidades de las personas.
- Existen también sistemas de apoyo auditivo, presencia de intérpretes en lengua de signos, luces y otros sistemas que facilitan la accesibilidad auditiva en conciertos y festivales.



P

¿Qué es un paseo escénico?

Fuente: APTENT.

Es una visita táctil dirigida principalmente a personas con discapacidad visual, aunque en realidad resulta de interés para cualquier persona.

- El paseo escénico se organiza previo a la función de teatro y es como “tocar el teatro”.
- El objetivo es completar la información que las personas con discapacidad visual van a recibir después.
- Los asistentes pueden tocar elementos del vestuario y la utillería de la obra, además de recorrer la escenografía del espectáculo al que asistirán posteriormente.
- La duración suele ser de una hora y se recomienda hacerla en grupos no muy numerosos para que todos los asistentes puedan tocar todos los objetos y elementos que se describan.
- Un profesional de la audiodescripción suele dirigir la visita, en la que detallará los elementos escénicos y las características de la producción.

Las visitas táctiles facilitan el acceso y disfrute a las personas con discapacidad visual, además de la favorecer la inclusión y participación de todas las personas en la cultura.

¿Cuál es la realidad de las personas refugiadas?

Fuente: CEAR.

Una persona refugiada no lo es por decisión propia.

- Más de 108 millones de personas viven forzosamente lejos de su hogar, han tenido que huir por motivos de raza, religión, nacionalidad, opiniones políticas, género u orientación sexual.

- El derecho de asilo es un derecho humano fundamental reconocido en la Declaración Universal de los Derechos Humanos, regulado por el Derecho Internacional y es una obligación de los Estados.
- Al menos 2.554 personas perdieron la vida en 2022 tratando de alcanzar costas europeas.
- España recibió en 2022 un 81% más de solicitudes de asilo.

Participar de la cultura es una vía de vinculación para las personas refugiadas con el territorio de acogida y con su nuevo entorno y posibilita establecer relaciones y conexiones con las personas de la comunidad.

¿Qué es un pictograma?

Es un símbolo gráfico que transmite información o datos mediante una representación clara y simplificada.

Ejemplos:



- Plena inclusión tiene una colección de pictogramas de acceso libre.
- Es una herramienta de accesibilidad cognitiva. Puede consistir en una sola línea o en una combinación de formas, líneas y colores.
- Los primeros sistemas de pictogramas fueron precursores o antecedentes de los sistemas de escritura propiamente dichos.
- Los espacios culturales pueden utilizar los pictogramas de muchas formas:
 - Señalizar sus espacios físicos.
 - En sus páginas webs para facilitar la navegación y la comprensión de los contenidos.

- En los programas de mano.
- Como material visual para acompañar los contenidos orales de las visitas guiadas a exposiciones.
- Los pictogramas facilitan la comprensión del entorno y contenidos y la comunicación a:
 - Personas con discapacidad intelectual.
 - Personas con discapacidad del desarrollo.
 - Personas mayores.
 - Personas con deterioro cognitivo -Personas con bajas competencias lecto escritoras.

Pero todas nos podemos ver beneficiadas de que el entorno, los contenidos y la información sean más fáciles de comprender.

¿Qué es un Planificación Anticipada de Decisiones (PAD)?

Fuente: Federación de Salud Mental Madrid.

La Planificación Anticipada de Decisiones (PAD) es un documento en el que una persona deja por escrito las preferencias y voluntades en relación con sus cuidados y tratamientos en salud mental.

- Así se garantiza que su voz y su voluntad sean respetadas incluso en situaciones en las que no pueda expresarlas directamente.
- Incluye información sobre tratamientos, visitas y atención sanitaria, por ejemplo.
- El objetivo es que cada persona decida sobre cómo quiere ser tratada y formar parte de la toma de decisiones que afectan a la salud mental.
- Es fundamental para que el personal sanitario sepa cómo actuar con humanidad y respeto.
- Reduce ingresos involuntarios o medicaciones erróneas, así como conflictos con la familia.

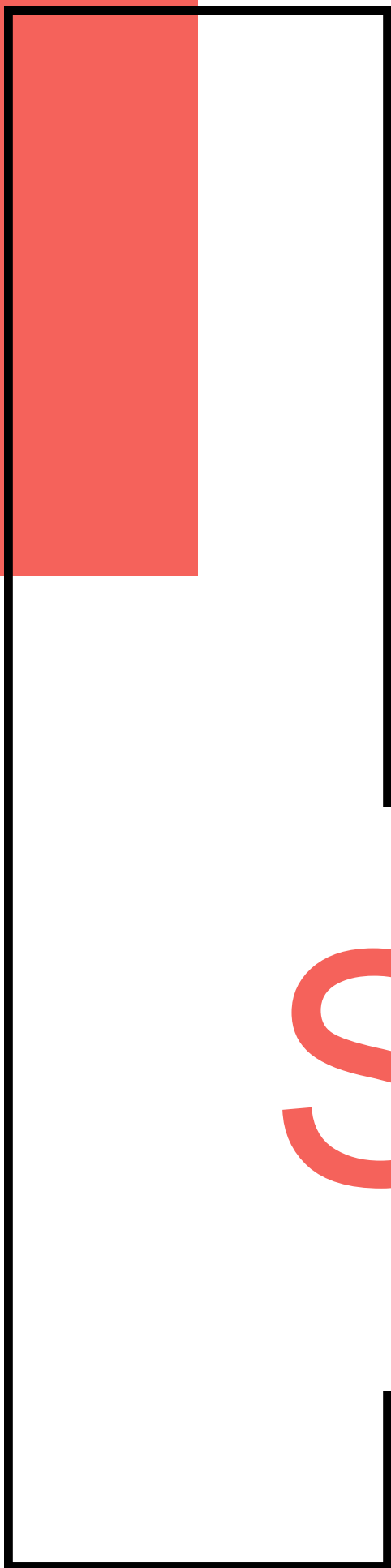
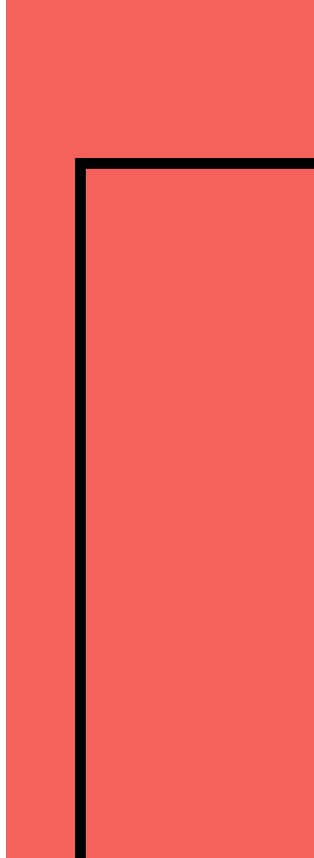
¿Qué son los planos hápticos?

Es una representación física de un espacio, donde la información es percibida a través del tacto.

- Combina información táctil y visual para ser útil tanto a personas ciegas como a personas con resto visual.
- Incluye relieve, texturas, contornos, braille, macro caracteres y contraste cromático para diferenciar elementos y recorridos.
- Esto es un plano háptico:



Es una medida de accesibilidad visual que garantiza la autonomía en la movilidad y desplazamientos en los espacios culturales de las personas con discapacidad visual y reduce su estrés en su experiencia y facilita la plena inclusión.



S

¿Qué son los SAAC?

Los Sistemas Alternativos y Aumentativos de Comunicación son formas de comunicarse sin hablar con la voz.

- Los sistemas aumentativos de comunicación y el alternativo son diferentes.
 - El primero se usa cuando sí se puede hablar con palabras pero se usan pocas y el sistema aumenta el lenguaje.
 - El segundo cuando no se puede usar la propia voz y se usa otro sistema para comunicarse.
- Comunicarse y hablar es importante para:
 - Relacionarte con familia, y amistades.
 - En el colegio o en el trabajo.
 - Aprender.
 - Disfrutar.
 - Participar en la sociedad.
- Las personas que necesitan los SAAC pueden necesitarlos porque tienen:
 - Discapacidad intelectual.
 - Parálisis cerebral.
 - Autismo.
 - Enfermedades como la esclerosis lateral amiotrófica, la esclerosis múltiple o el párkinson.
 - Distrofias musculares.
 - Golpes graves en la cabeza.
 - Afasias o problemas del lenguaje.
- Hay muchos tipos diferentes de comunicación:
 - Fotografías.
 - Dibujos.
 - Pictogramas.
 - Palabras y letras.
 - Gestos.

- La tecnología facilita la comunicación: existen tableros electrónicos de comunicación o comunicadores, que son aparatos que te permiten comunicar en voz alta un mensaje con una voz grabada o una voz artificial.

Los SAAC son una medida de accesibilidad que elimina barreras de comunicación entre las personas.

¿Cómo disfrutar plenamente de vuestra salida Acerca Cultura?

- **Elegid bien las actividades:** Tenéis que tener en cuenta las características y las necesidades del grupo, número de personas, horario adecuado, tipo de espectáculo, capacidad de mantener el silencio...
- **Antelación de la reserva:** Comprobad el de tiempo de antelación de cada plan cultural.
- **Preparad la salida:** En la ficha de cada equipación encontraréis información muy útil para preparar la salida.
- **Revisad vuestra reserva:** Comprobad unos días antes que los datos de la solicitud son correctas: número de personas, horario, pago...
- **Compartid vuestra experiencia:** Podéis subir fotos o vídeos de vuestro plan cultural y etiquetarnos para que cada vez seamos más.

¿Cuál es la realidad del sinhogarismo?

Fuente: HOGAR SÍ.

No es una elección personal. Es un fenómeno complejo que tiene su raíz en la desigualdad económica, la exclusión social, la falta de acceso a derechos básicos y la invisibilidad de las personas que lo sufren.

- Según Hogar Sí, en España 37.000 personas no tienen hogar.
- El 30% de las personas en situación de sinhogarismo está fuera del sistema de atención.
- La tasa de mortalidad de las personas sin hogar es tres veces más alta que la del resto de la población. Esta cifra se incrementa en el caso de mujeres y jóvenes.
- Las personas sin hogar tienen una esperanza de vida 30 años menor que el resto de la población.
- El 22% de las mujeres en situación de sin hogar lo está por haber sufrido violencia de género.
- El 50% de las personas en situación de sinhogarismo ha sufrido delitos de odio. Quienes viven en la calle sufren agresiones, insultos, discriminación e incluso violencia sexual, física y asesinatos.

La participación en cultura de las personas sin hogar restaura su dignidad, mejora su autoestima y devuelve uno de sus derechos, el cultural.

¿Qué es la soledad no deseada?

Fuente: Soledades. Fundación ONCE.

Un sentimiento subjetivo de no tener la cantidad y/o calidad deseada de relaciones sociales.

- Se estima que el 13,4% de las personas sufren soledad no deseada en España (datos del 2023).
- Las mujeres y los jóvenes de entre 16 y 29 años son los más afectados por la soledad no deseada.
- La soledad no deseada no es un fenómeno puntual o pasajero; las personas que viven en esta situación lo llevan haciendo aproximadamente 6 años.

- El 22% de las mujeres en situación de sin hogar lo está por haber sufrido violencia de género.
- El 50% de las personas en situación de sinhogarismo ha sufrido delitos de odio. Quienes viven en la calle sufren agresiones, insultos, discriminación e incluso violencia sexual, física y asesinatos.

La participación en cultura de las personas sin hogar restaura su dignidad, mejora su autoestima y devuelve uno de sus derechos, el cultural.

¿Qué es la soledad no deseada?

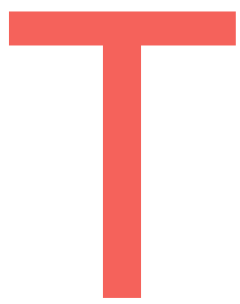
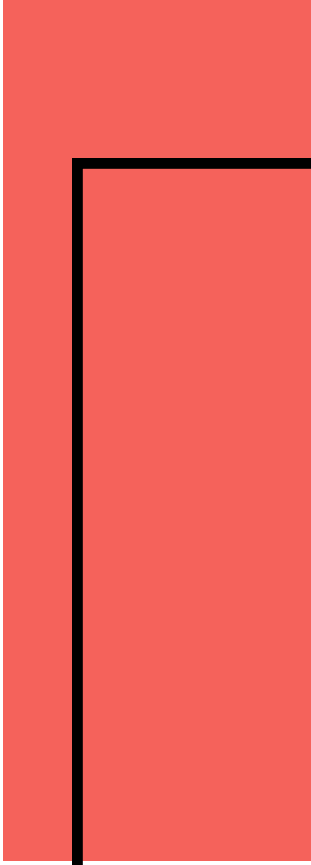
Fuente: Soledades. Fundación ONCE.

Un sentimiento subjetivo de no tener la cantidad y/o calidad deseada de relaciones sociales.

- Se estima que el 13,4% de las personas sufren soledad no deseada en España (datos del 2023).
- Las mujeres y los jóvenes de entre 16 y 29 años son los más afectados por la soledad no deseada.
- La soledad no deseada no es un fenómeno puntual o pasajero; las personas que viven en esta situación lo llevan haciendo aproximadamente 6 años.
- Los siguientes factores influyen en la aparición de la soledad no deseada:
 - Vivir solo/a.
 - Eventos vitales dolorosos, como separaciones o pérdidas esenciales.
 - Mayor edad.
 - Tener una discapacidad.
 - Un mal estado de salud.
 - Un menor nivel de renta.

- La soledad no deseada supone una fuente de sufrimiento para las personas y limita su derecho de participación en la sociedad.
- La soledad no deseada constituye un factor de riesgo para la salud mental, para la depresión y para otras patologías. La soledad entraña también riesgos para la salud física, favoreciendo, por ejemplo, la hipertensión y las enfermedades cardiovasculares.

La participación activa en cultura disminuye la sensación de soledad no deseada ya que permite establecer relaciones sociales y de amistad en ambientes seguros y ayuda a fortalecer el sentimiento de pertenencia a la comunidad y al territorio.

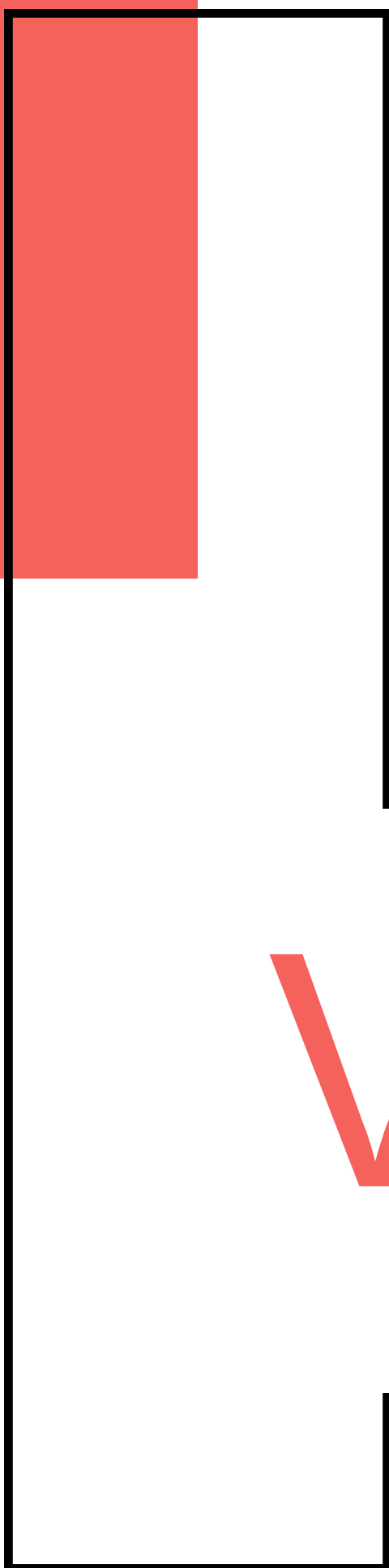
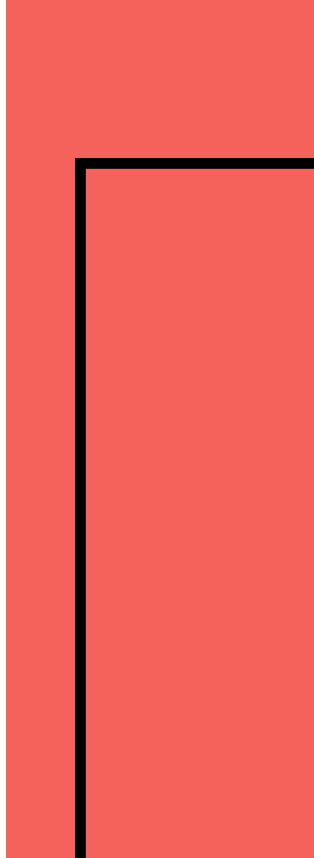


¿Qué es el trastorno del espectro autista (TEA)?

Es una condición del neurodesarrollo que afecta a la configuración del sistema nervioso y al funcionamiento cerebral.

- Se estima que hay más de 500.000 personas con autismo en España.
- A día de hoy no se conoce el origen, pero se sabe que es genético y acompaña a la persona a lo largo de toda su vida.
- Cada personas con TEA es diferente y tiene sus propias capacidades, necesidades e intereses.
- Aunque cada persona con TEA es diferente, todas comparten, con mayor o menor intensidad, dificultades para la comunicación e interacción social, para responder de manera flexible a distintos contextos sociales y pueden mostrar en ocasiones hiper o hipo reactividad a los estímulos sensoriales y mostrar intereses repetitivos.
- Los espacios culturales deben implementar medidas de accesibilidad cognitiva para garantizar el acceso y comprensión de los contenidos y el entorno de las personas con autismo, como señalética, pictogramas, contenidos en lectura fácil, adaptación de la comunicación utilizando lenguaje claro, zonas de descanso o de adaptación sensorial, franjas horarias y/o actividades con modificación de las condiciones ambientales.

Una cultura inclusiva posibilita a las personas con autismo ejercer sus derechos de acceso y participación cultural con seguridad y autonomía.



V

¿Qué es la violencia de género?

La violencia de género es la violencia que sufren las mujeres por el hecho de ser mujeres.

- La violencia contra las mujeres y niñas es una violación de los derechos humanos.
- Cualquier mujer puede sufrir violencia de género, con independencia de edad, su situación económica, nivel educativo, procedencia, origen, lugar de residencia.
- Según datos del INE, el número de mujeres víctimas de violencia de género en España en el año 2024 fue de 34.684.
- Sitúa a las mujeres que la sufren en una situación de extrema vulnerabilidad y es una fuente de desigualdad.
- Esta violencia puede tomar forma de agresiones físicas, psicológicas, sexuales, amenazas, coacciones, acoso, violencia económica y patrimonial, matrimonio infantil o mutilación genital femenina, entre otras.
- La violencia de género tiene graves consecuencias en la salud física y mental de las mujeres, así como en sus relaciones sociales y su entorno familiar y laboral.
- Los espacios culturales y las expresiones artísticas deben seguir luchando en contra de normalizar la violencia y en contra de los estereotipos y roles de género.

La participación de las mujeres en actividades culturales contribuye a mejorar su bienestar emocional, a restituir su dignidad, a recuperar su proyecto de vida y a establecer relaciones en un espacio seguro y de autocuidado.



acerca madrid cultura una puerta a la inclusión

