DINCODE

Discapacidad e inclusión como modelo de desarrollo

"En realidad, son nuestras decisiones las que determinan lo que podemos llegar a ser, mucho más que nuestras habilidades." - J.K Rowling

Año 1, Edición 5, Noviembre - Diciembre de 2022. ISSN 2954 - 5897. Distribución gratuita

NUESTROS ALIADOS

MUNICIPIO DE ANGOSTURA

MUNICIPIO DE ARGELIA

MUNICIPIO DE CAREPA

MUNICIPIO DE CÁCERES

MUNICIPIO EL CARMEN DE VÍBORAL

MUNICIPIO DE CONCORDIA

MUNICIPIO DE JARDÍN

MUNICIPIO DE LIBORINA

MUNICIPIO DE PUERTO NARE

MUNICIPIO SAN ANDRÉS DE CUERQUIA

MUNICIPIO DE SAN PEDRO DE LOS MILAGROS

MUNICIPIO DE SAN LUIS

MUNICIPIO DE TÁMESIS

MUNICIPIO DE MARINILLA

Universidad Nacional Abierta y a Distancia

EDITORIAL

¡HABLEMOS DE INCLUSIÓN!

Apreciad@s lectores, es un honor seguir compartiendo con ustedes este espacio para abordar el tema de la inclusión en los diferentes ámbitos de la comunidad. Se acerca la época de la navidad, y con ella, una valiosa oportunidad de compartir con nuestros allegados y seres queridos en torno a un tiempo lleno de esperanza y de reconciliación.

Es por eso que, desde este espacio, hacemos una cordial invitación a tod@s ustedes para incluir a todos en nuestro corazón. Que sea un tiempo de paz, de unión y de compartir todos como familia, como seres humanos y como seres humanos que buscamos siempre el bien común para todos en igualdad de condiciones y oportunidades.

Que vivamos la inclusión desde nuestro corazón y acojamos al amigo, al hermano, al vecino, al familiar, como alguien igual a nosotros a pesar de sus cualidades diferenciales, para que sigamos construyendo una sociedad basada en la igualdad de oportunidades, el mejoramiento continuo y la convivencia pacífica.

Juan Carlos Gómez

REVISTA INSTITUCIONAL

DINCODE
"Discapacidad e inclusión como modelo de desarrollo"

Leonardo Valencia Soto
Director general

Salomé Jaramillo Castaño
Coordinadora de logística y eventos

Juan Carlos Gómez
Editorial

Fernando Antonio Vera Ballesteros
Redacción de proyectos

Juan Carlos Gómez
Corrección ortográfica

Sergio Alejandro Ceballos Jaramillo
Manejo de redes sociales

Francisco Javier Jaramillo C.
Líder de emprendimientos

Jheraldin Arango Mora
Diseñadora gráfica

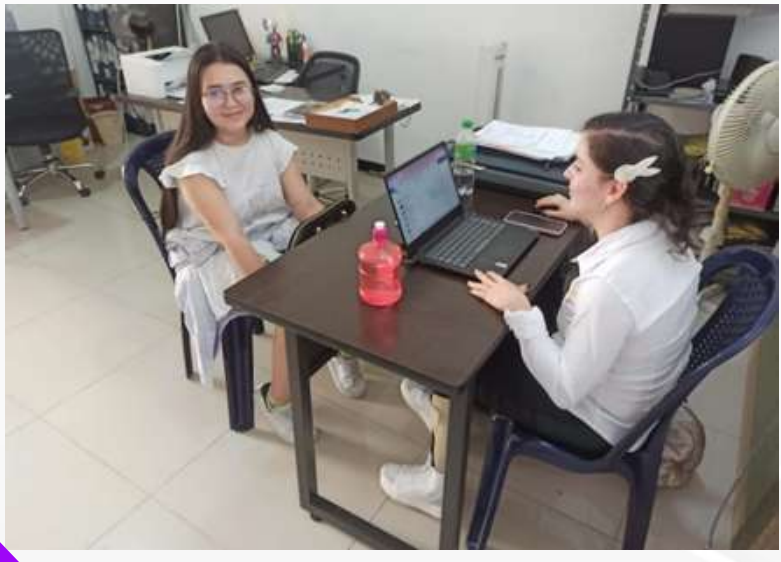
Publicaciones y comunicaciones San Antonio
Impresión litográfica

Educación INCLUSIVA

Quién necesita piernas para correr, cuando tiene alas para volar y alcanzar los sueños

En la UNAD, no existen barreras y desde la responsabilidad sustantiva de la Inclusión, se brinda y garantiza la educación en alta calidad y con equidad para todos sin distinción, raza, creencia, género o estratificación.

Mi nombre es Laura Alejandra González Aguirre, vivo en el municipio de Viterbo en el departamento de Caldas, tengo 28 años y una discapacidad física debido a una secuela de parálisis cerebral por nacer en la semana 30 de gestación. Por esta situación, me movilizo con ayuda de un caminador, ya que la secuela me afecto la parte motora, con mayor influencia en los miembros inferiores (Piernas) y el lado izquierdo.



Debido a mi situación de discapacidad, cuando terminé el colegio, elegí la Universidad Nacional abierta y a distancia - UNAD para iniciar mi carrera profesional, ya que me permitía estudiar desde la casa sin tener que trasladarme a otra ciudad, y el hecho de viajar se me dificultaba un poco.

Actualmente soy Comunicadora social y especialista en educación superior a distancia, llevo dos años trabajando con la UNAD, siendo parte del equipo de la Consejería Académica, la cual ha cambiado mi vida, me ha convertido en una mejor persona, me ha sacado de mi zona de confort, me ha puesto retos que nunca pensé cumplir y aquí voy avanzando cada día, un poco más.

Me gusta pensar que, con la calidad del servicio y profesionalismo, dejó huellas bonitas en la vida de las personas que me conocen.

Matrícula Abierta para el Primer periodo académico 2023

11 de octubre al 20 de enero del 2023.

Inicio de actividades académicas, el 6 de febrero y finaliza el 11 de junio del 2023.

Atención, aprovecha los costos del 2022 hasta el 30 de diciembre y aplica hasta un 25% de descuento sobre el valor de la matrícula.

Más Información:
comunicacioneszocc@unad.edu.co

www.unad.edu.co

TECNOLOGÍA

Tablet en sistema braille para personas ciegas

La Blitab es una tablet con pantalla de braille que permite a las personas ciegas o con problemas de visión usar Internet y leer libros.

La Bitlab se comporta como cualquier otra tablet con Android; podemos controlarla con una pequeña pantalla táctil en la parte inferior, por ejemplo para entrar en webs o abrir libros electrónicos.

Lo verdaderamente interesante llega cuando pulsamos un botón en el lateral; éste hace que el contenido se muestre en la pantalla superior en forma de braille. Aunque ya existen pantallas de braille que usan pequeños pines para subir los "puntos", la mayoría sólo es capaz de mostrar una línea a la vez.

En cambio, la Blitab es capaz de mostrar 14 filas de 23 celdas cada una (con seis agujeros en cada celda para mostrar cada carácter); para conseguirlo no se usan pines, sino varias capas de fluidos y una membrana especial.

El sistema se encarga de traducir el contenido de la pantalla inferior (que puede conseguir gracias a las opciones de accesibilidad de Android) al braille; si pulsamos otro botón, pasaremos de página si todo el contenido no se ha podido mostrar en la primera. Incluso puede servir para más que mostrar caracteres; por ejemplo, para mostrar un mapa en relieve.

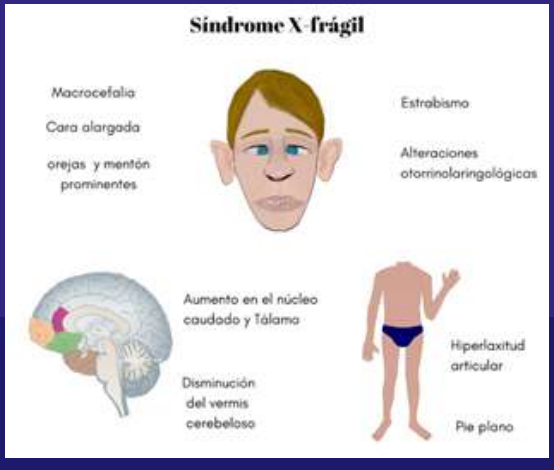
UN RECORRIDO
POR LOS DIFERENTETIPOS DE DISCAPACIDAD

Síndrome X frágil

Es una condición genética causada por alteraciones (mutaciones) en el gen FMR1 que está localizado en el cromosoma X. Las personas afectadas con el síndrome X frágil tienen diversos problemas en el desenvolvimiento incluyendo problemas en el aprendizaje y de la función cognitiva. Esta condición es la forma más común de incapacidad intelectual hereditaria en varones y también puede causar discapacidad intelectual significante en algunas mujeres. El síndrome se hereda de forma dominante ligada al sexo. No existe cura todavía. Se recomienda terapia física y educacional precozmente para los afectados.

Síntomas

Personas afectadas con el síndrome X frágil usualmente tienen retraso en el desarrollo del habla o del lenguaje antes de cumplir los dos años de edad. La mayoría de los hombres afectados tienen discapacidad intelectual de grado leve a moderada, mientras que solamente como 30% de las mujeres con el síndrome X frágil tienen algún grado discapacidad intelectual. Niños con el síndrome X frágil a veces sufren de ansiedad e hiperactividad lo que afecta su capacidad de poner atención. Aproximadamente 30% de las personas con el síndrome X frágil muestran comportamiento autista que afecta como ellos se comunican e interactúan socialmente. Convulsiones ocurren en 15% de los varones y 5% de las hembras con el síndrome X frágil. La mayoría de varones afectados y casi el 50% de las hembras afectadas presentan las características físicas del síndrome X frágil como una cara alargada, orejas grandes, mandíbula prominente, frente ancha, aumento de la movilidad articular, pies planos, y en varones, macroorquidismo (testículos más grandes) después de la pubertad.



Marinilla

UN TERRITORIO CON SENTIDO

Desde la Secretaría de Salud de Marinilla y con el apoyo de la Corporación CORUM se vienen desarrollando 4 semilleros con la población en condición de discapacidad y sus cuidadores. 2 días de la semana están destinados para hacer actividades que acercan a esta comunidad a escenarios laborales, recreativos, deportivos y artísticos.

Los miércoles de cada semana hasta finalizar el año 2022, se reúne el semillero de discapacidad visual de 3:00 a 5:00 p.m. en la sede de la Corporación CORUM- María Auxiliadora, y a la misma hora también se realiza el semillero de discapacidad motriz cambiando el lugar de encuentro, el cual es la sede de la Junta de Acción Comunal Parque Carolina.

Los días jueves es el turno para los semilleros de discapacidad cognitiva y sus cuidadores, quienes se encuentran de 3:00 a 5:00 p.m. en la sede de la Corporación CORUM - María Auxiliadora.

Hasta el momento se cuenta con la participación de alrededor de 70 personas en los 4 semilleros, el objetivo es llegar a más personas, y de esta manera hacer de **"Marinilla un Territorio con Sentido"**, para transformar la concepción que se tiene de la discapacidad como una limitación, y aportar al plan de desarrollo **"Nuestro Compromiso ¡Eres Tú! 2020 -2023"** que se tiene desde la Alcaldía de Marinilla.

Semilleros "Marinilla un Territorio con Sentido"

SEMILLERO DISCAPACIDAD VISUAL

TODOS LOS MIÉRCOLES DE 3:00 A 5:00 P.M.
LUGAR: SEDE CORUM-MARÍA AUXILIADORA

SEMILLERO DISCAPACIDAD MOTRIZ

TODOS LOS MIÉRCOLES DE 3:00 A 5:00 P.M.
LUGAR: JUNTA DE ACCIÓN COMUNAL PARQUE CAROLINA

SEMILLERO DISCAPACIDAD COGNITIVA

TODOS LOS JUEVES DE 3:00 A 5:00 P.M.
LUGAR: SEDE CORUM-MARÍA AUXILIADORA

SEMILLERO CUIDADORES

TODOS LOS JUEVES DE 3:00 A 5:00 P.M.
LUGAR: SEDE CORUM-MARÍA AUXILIADORA

Para mayor información escribir al WhatsApp: 3006151199

Dirección CORUM: Calle 29b #40-05 Sótano. María Auxiliadora.
Horario de atención: De Martes a Jueves de 8 a.m. a 5 p.m.

Ciudad de Marinilla | Nuestro Compromiso ¡Eres tú! | CORUM Con-Ciencia Social | Marinilla un territorio con sentido

¿Por qué la inclusión es importante?

La inclusión es el enfoque positivo a la diversidad de las personas y a las diferencias individuales. Entendiendo que la diversidad no es un problema, sino una oportunidad para el enriquecimiento de la sociedad. Todo ello a través de la activa participación en la vida familiar, en la educación, en el trabajo y en general en todos los procesos sociales, culturales y en las comunidades.

Como personas, tenemos el derecho de poder tener el alcance a las mismas oportunidades de crecimiento que los demás. Es por eso que las leyes de inclusión social son algo muy importante en nuestra sociedad que ayudará a poder convivir de una mejor manera.

Es muy importante que empecemos a adquirir la tolerancia, el respeto y la empatía desde que somos pequeños, porque los niños son la base de la sociedad, y si queremos promover una sociedad inclusiva, donde todos seamos iguales, debemos desarrollarla desde la Educación Infantil.

COMUNICACIÓN *Incluyente*

¿QUÉ ES EL LENGUAJE INCLUYENTE?

Es un modo de expresión oral, escrito y visual que busca dar igual valor a las personas al poner de manifiesto la diversidad que compone a la sociedad y dar visibilidad a quienes de ella participan. De este modo se busca forjar una sociedad integrada que promueva en todo momento la igualdad entre los seres humanos.

Expresarnos con términos neutros o que bien hacen evidente el masculino y el femenino, evita las generalizaciones, busca erradicar los estereotipos y lucha contra los roles de género tradicionales que refuerzan la idea de desigualdad al subordinar al género masculino todo lo que sea distinto a él.

Los estereotipos son prejuicios, suposiciones, actitudes y creencias que solemos tener frente a grupos de personas, los aplicamos de manera negativa y sesgan la percepción de la realidad. También resulta problemático considerar como verdaderos o inamovibles los comportamientos que la socie-

dad nos dice que son apropiados para hombres y mujeres. Estas normas llamadas roles de género son parte de los vicios sexistas, discriminatorios y no incluyentes.

En el lenguaje incluyente hay que entender que el masculino no es universal ni neutro. En la lengua española no hay más razón para esta práctica que la convención social que no da visibilidad a las mujeres, etnias, nacionalidades, géneros, edades, discapacidades, condiciones sociales, de salud, religiones, preferencias sexuales, estado civil, ni a los cambios sociales que exigen el reconocimiento que de por sí merecen.

DEPORTES

Natación en las personas con discapacidad física motriz.

La natación adaptada resulta ser un ejercicio ideal para las personas con discapacidad. Se trata también de un deporte muy completo en el que se ven implicados el sistema motor y psicomotor. Músculos, articulaciones, tendones, ligamentos, neuronas, entre otros, encuentran en el agua el medio idóneo para ejercitarse mediante el movimiento efectuado por el nadador.

Y es que en el agua el cuerpo pesa menos y adquiere mayor flexibilidad. Mientras las personas se mueven en el medio acuático, están poniendo en funcionamiento todos los miembros del cuerpo. Muchos médicos lo recomiendan como terapia. La natación adaptada está indicada para aliviar diversas patologías entre las que destacan las dolencias de espalda. También se recomienda como parte de las estrategias aplicadas para perder peso. La salud se ve fortalecida cuando se recurre a las actividades y ejercicios en el medio acuático.

También las personas con discapacidad se ven especialmente beneficiadas cuando ejercitan la natación adaptada como deporte o como ejercicio. Los neurólogos suelen prescribirla a los pacientes aquejados de parálisis cerebral, distonía, espasticidad, y otras enfermedades más, por los efectos relajantes que produce en el organismo. En ocasiones, hasta les permite reducir las dosis de medicación.

La natación adaptada como deporte de competición

La natación adaptada como deporte requiere un entrenamiento exhaustivo, regular y sacrificado. Para practicarlo, es necesario seguir una técnica adecuada y contar con medios y profesionales preparados para que no se produzcan lesiones ni se realicen movimientos inadecuados que puedan perjudicar al deportista con discapacidad.

DINCODE

Es una empresa que trabaja también en la creación de grupos scout conformados por: niños, jóvenes y adultos en situación de discapacidad.

Lvs Leonardo Valencia Soto
Conferencista
"Sensibilización para la Inclusión"

DINCODE

LA TIFLOTECNOLOGÍA, UNA ALTERNATIVA PARA LA DISCAPACIDAD VISUAL

Grace trabajaba como maestra en una escuela de educaTomado del link: *https://www.infobae.com/tecno/2018/06/30/5-tecnolgias-que-puden-mejorar-la-vida-de-las-personas-con-discapacidad-visual/*

En el mundo, hay 253 millones de personas con discapacidad visual, según datos de fines de 2017 de la Organización Mundial de la Salud (OMS). De ese total, 36 millones tienen ceguera y 217 millones, discapacidad visual en diferentes niveles, de moderada a grave, también llamada "baja visión". Este último grupo incluye personas que, aun con ayudas ópticas (como anteojos o lentes de contacto), no pueden acceder a la lectoescritura. Además, sólo un 10% de los títulos impresos con tinta se encuentran disponibles en sistema Braille. Se estima que, del total de personas con discapacidad visual, solo el 15% está capacitado para entender ese sistema de lectura y escritura táctil. Por esa razón, la lectura auditiva es el medio principal para acceder a libros impresos, por ejemplo.
Battipede, creador de la empresa Tecno Ayudas, señala: "El 0,3% o 0,4% de la población, tanto en la Argentina como en el mundo, es ciega y el 2,4%, con baja visión. Los gastos de I+D (investigación y desarrollo) de las tiflotecnologías son distintos a productos masivos". A diferencia de un Smartphone o una impresora, los productos tiflotecnológicos se venden a menos del 3% de la población a nivel mundial. "Entonces los gastos de I+D deben prorratearse entre muy pocas unidades".

El problema a nivel global es que el 90% de las personas con discapacidad visual vive en países de ingresos bajos, según la OMS. Además, los dispositivos de tiflotecnologías suelen tener precios elevados. Sin embargo, el 28% de las personas que padecen discapacidad visual moderada y grave están en edad de trabajar. No se trata de un complemento más para vivir, sino de un dispositivo que puede ser esencial para una persona con discapacidad visual. Infobae destaca 5 tiflotecnologías que pueden mejorar la calidad de vida de estos usuarios. Entre ellas están:

Orcam MyEye 2.0: Se trata de un dispositivo portátil con una cámara y un pequeño altavoz, a simple vista. Se fija de forma magnética a la patilla de un anteojo.

Magnificador, una gran lupa: Un magnificador portátil que permite básicamente ampliar el tamaño de las letras o imágenes.

El modelo denominado Panda tiene 3 botones, posee autofoco y es blanco y negro.

Máquina de lectura parlante: Un dispositivo integrado de lectura instantánea para ciegos. Eso es Eye Pal Solo, aparato que lee a través de un altavoz todo tipo de publicaciones, como libros, revistas o boletas de servicios.

EyeSynth, anteojos para ciegos: este dispositivo se presenta en forma de gafas que registran en 3D su alrededor, lo procesan y traducen en sonidos. La idea es que el usuario pueda tener una percepción más acertada de lo que lo rodea. Este anteojo para ciegos tiene dos cámaras y la información se procesa en un miniordenador incorporado.

Un interesante prototipo: FingerReader: Es un desarrollo del MIT Media Labs y funciona como un wearable, es decir, una tecnología de vestir. Es un anillo que, a través de una cámara, puede leer textos con una voz sintetizada.

UN MUNDO SIN BARRERAS

Con gran éxito se llevó a cabo la 11va versión de los juegos "Un Mundo sin Barreras" en el municipio de Marinilla, donde a través de la participación y articulación de las entidades municipales se lograron vincular más de 500 personas en situación de discapacidad alrededor de 5 disciplinas deportivas.

Durante los días 3 y 4 de noviembre se llevaron a cabo competencias de natación, futbol, baloncesto, atletismo y boccia y se contó con la participación de municipios como El Retiro, El Santuario, Rionegro, Guarne, El Carmen La Ceja y Medellín.

El balance de la estrategia es bastante positivo y un reflejo de la gestión que el municipio viene llevando a cabo para la inclusión de las personas en situación de discapacidad en las diferentes disciplinas, solo por mencionar algunas, cultura, salud, deporte, inclusión laboral, entre otras.

PORTAFOLIO DE SERVICIOS

Jornadas de sensibilización «Discapacidad e inclusión como modelo de desarrollo» una forma diferente para motivar a sus colaboradores.

Conferencias virtuales o presenciales de:

- Accesibilidad, inclusión y superación.
- Educación inclusiva.
- Inclusión laboral.
- Guía para entidades públicas cómo atender a la población con discapacidad.
- Instructivo plan de evacuación para población con discapacidad.
- Familia, discapacidad y duelo.

Capacitaciones y talleres:

- Sistema Braille niveles uno y dos.
- Lengua de señas.

ASESORÍAS: Acompañamos y asesoramos diversos proyectos productivos para población con discapacidad.

- Habilidades de la vida diaria.
- Educación.
- Laboral.
- Turismo.
- Deportes.
- Tecnologías.

Contamos con una amplia gama de materiales adaptados a cada una de las diferentes discapacidades.

Contáctanos al **314 838 8890** o escríbenos al correo electrónico **inclusioncolombia18@gmail.com**

dincode_sas DINCODE

CONTÁCTANOS

DINCODE

Discapacidad e inclusión como modelo de desarrollo