

# COMUNICAÇÃO

E ASPECTOS RELACIONAIS  
COM A PESSOA COM  
DEFICIÊNCIA VISUAL



J



[www.projetojoao9.com](http://www.projetojoao9.com)

# COMUNICAÇÃO E ASPECTOS RELACIONAIS COM A PESSOA COM DEFICIÊNCIA VISUAL.

---

## **Orientações sobre como melhor acolher e conviver.**

Muitas pessoas ficam confusas quando estabelecem relacionamentos interpessoais com alguém com deficiência. Isto é natural. Todos nós podemos nos sentir desconfortáveis diante do “diferente”. Mas esse desconforto diminui e pode, até mesmo, desaparecer quando existem muitas oportunidades de convivência.

É importante não fazer de conta que a deficiência não existe. Se você se relacionar com uma pessoa com deficiência como se ela não a possuísse, estará ignorando uma característica muito importante dessa pessoa. Portanto, aceite a deficiência. Ela existe e você precisa levá-la em sua devida consideração.

Não subestime as possibilidades, nem superestime as dificuldades. Ter uma deficiência não faz com que uma pessoa seja melhor ou pior do que outra.

Provavelmente, por causa da deficiência, ela terá dificuldades para realizar algumas atividades, mas, por outro lado, poderá ter extrema habilidade para realizar outras. Exatamente como todo mundo. Assim, ela pode (e quer!) tomar suas próprias decisões e assumir a responsabilidade por suas escolhas. É um direito que lhe assiste.

A maioria delas não se importa em responder perguntas (principalmente aquelas feitas por crianças) a respeito de sua deficiência, de como elas realizam algumas tarefas. Porém, se você não tem muita proximidade, evite fazer perguntas íntimas. E lembre-se: quando quiser alguma informação, dirija-se diretamente a elas e não a seus acompanhantes, pois elas são como você: têm os mesmos direitos, os mesmos sentimentos, os mesmos medos, os mesmos sonhos. Não tenha receio de fazer ou dizer alguma coisa errada. Aja com naturalidade e tudo vai dar certo. E se ocorrer alguma situação embaraçosa, uma boa dose de delicadeza, sinceridade e bom humor são bem-vindos.

Se você quiser auxiliar, ofereça ajuda, mas espere sua oferta ser aceita, e sempre pergunte a forma mais adequada para realizá-la. E não se ofenda se seu oferecimento for recusado, pois nem sempre as pessoas com deficiência precisam de auxílio. Às vezes, uma determinada atividade pode ser melhor desenvolvida sem assistência. E se você não se sentir confortável ou seguro para fazer algo que lhe foi solicitado, sinta-se livre para recusar. Mas, neste caso, seria conveniente procurar outro que possa ajudar.

Nem sempre as pessoas cegas precisam de ajuda, mas se você encontrar alguma que pareça estar em dificuldades, identifique-se, faça-a perceber que você está falando com ela e, então, ofereça seu auxílio. Mas nunca ajude sem, antes, perguntar como deve fazê-lo.

Caso sua ajuda como guia seja aceita, dobre o braço e coloque a mão da pessoa no seu cotovelo. Ela irá acompanhar o movimento do seu corpo enquanto você vai andando.

É sempre bom você avisar, antecipadamente, sobre a existência de degraus, pisos escorregadios, buracos e obstáculos em geral durante o trajeto. Uma certa hesitação de sua parte antes de subir ou descer degraus ou rampas será de grande auxílio. Trata-se de uma leve parada antes desses desníveis.

Num corredor estreito, por onde só é possível passar uma pessoa, coloque o seu braço para trás, de modo que o cego possa continuar seguindo você. Isto é essencial para que, ao atravessar uma porta, por exemplo, ele não venha a chocar o corpo com o portal, se o espaço não é suficiente para passarem dois, um ao lado do outro.

Para ajudar uma pessoa cega a sentar-se, você deve guiá-la até a cadeira e colocar a mão dela sobre o encosto da cadeira, informando se esta tem braço ou não. Deixe, então, que ela faça o restante sozinha. Informe também se a cadeira possui rodízios (rodinhas).

Ao explicar direções para um cego, seja o mais claro e específico possível. Procure informar as distâncias em metros ou passos (“a uns oito metros à sua frente” ou “a uns 10 passos”).

Alguns, sem perceber, falam em tom de voz mais alto quando conversam com cegos. A menos que a

pessoa tenha também uma deficiência auditiva, não faz sentido gritar. Fale em tom normal de voz.

Por mais tentador que seja acariciar um cão-guia, lembre-se de que esses cães têm a responsabilidade de guiar alguém que não enxerga. Se o cão estiver com o arreio, está trabalhando e, portanto, altamente atento aos comandos do seu dono. Assim, o animalzinho nunca deve ser distraído do seu dever de guia.

Fique à vontade para usar palavras como “veja” e “olhe”. As pessoas cegas as usam com naturalidade. E lembre-se de que nem sempre um cego é colega de outro cego. Um conhecido seu com deficiência visual não necessariamente conhece todos os demais cegos de um local, bairro ou cidade.

### **COMO APOIAR A PESSOA CEGA EM ATIVIDADES DE ENSINO.**

Os estudantes com deficiência visual não têm a mesma possibilidade que os seus colegas de fazer anotações durante as aulas. Assim, eles recorrem à gravação. Caso o docente se oponha, deverá, antecipadamente, fornecer em formato digital (via e-mail, por exemplo) elementos referentes ao conteúdo de cada aula.

Na exposição das aulas deverão ser evitados termos como “isto” ou “aquilo”, uma vez que não têm significado para um estudante que não vê.

Quando utilizar o quadro, o docente deverá ler o que escreveu para que, ao ouvir a gravação da aula, o estudante tenha a noção do que foi escrito.

Se usar projeção, o docente poderá proceder do seguinte modo: antes do início da aula, fornecer ao estudante uma cópia em Braille (ou em caracteres ampliados, para quem possui baixa visão), ou arquivo em formato digital (em um Pen Drive, por exemplo). Se isto não for possível, no final, fornecer uma cópia, em formato acessível, do que foi projetado. Durante a apresentação, identificar e ler o conteúdo da projeção.

Quando recorrer a quadros, figuras ou slides, deverá descrever o seu conteúdo. Alguns estudantes que não nasceram cegos, que ainda conservam algum resíduo visual, têm uma memória residual de objetos, figuras, etc.

## **PARA ATRAVESSAR A RUA.**

A regra básica é sempre perguntar a um cego se ele quer ser ajudado, antes que você o faça. Deste modo, você demonstra que respeita sua liberdade individual. Além disso, há uma razão prática: é comum vermos um cego parado numa esquina, esperando um amigo ou uma condução, quando surge alguém e o arrasta pelo braço até o outro lado da rua, sem perguntar se ele precisa de ajuda. Se o cego explica que não quer ser ajudado, que não pretendia atravessar a rua, é possível até que o desconhecido voluntário murmure umas

vagas desculpas e o deixe abandonado no meio da rua. Não há outra saída, senão dar meia volta e tentar chegar à calçada são e salvo. O correto ao abordar o cego é: “Posso ajudá-lo, se você quiser atravessar a rua”. Em caso positivo, basta dar-lhe o braço e avisar, sempre, quando o meio-fio estiver próximo ou se há algum obstáculo no caminho.

Mesmo com o sinal aberto para o pedestre, é sempre bom sinalizar com a mão que está livre para que os carros não avancem sobre a faixa. Não se esqueça: sempre que possível, utilize a esquina para cruzar a rua, caminhando sempre sobre a faixa de pedestres, quando ela existir.

### **O “ADIVINHA QUEM É”.**

Obrigado a estar concentrado em outras percepções, o cego nem sempre tem aquela fantástica memória que imaginamos. Assim, ao cumprimentá-lo, evite conversar sem se identificar. O ideal é que o início de uma conversa com o deficiente visual seja mais ou menos assim: “Como vai, Maria? Sou o Pedro, irmão da sua amiga Denise”.

Rápidas saudações na rua são inúteis, como o corriqueiro “oi” empregado pelos que enxergam. O pior são aquelas brincadeiras do tipo “adivinha quem é”, ainda mais se você não é íntimo dele. As pessoas com boa visão chegam ao ridículo de, muitas vezes, simplesmente acenar com a cabeça ou dar aquele tapinha nas costas.



## **A CALÇADA E AS ESCADAS.**

Ao chegarem a uma calçada, não é preciso parar o cego para que ele toque o meio-fio com a bengala: basta dizer “suba” ou “desça”. Se costumam sair juntos, às vezes, basta hesitar antes de subir a calçada, e andar normalmente sem falar nada. Mas lembre-se: só quando estiverem acostumados.

Quando se tratar de uma escada, diga apenas “agora vamos subir uma escada”. Pode perguntar também se ele prefere apoiar-se no corrimão. Neste caso, basta guiar sua mão. Não se esqueça de informar sempre que os degraus acabarem ou recomeçarem, mas não é preciso contá-los. Com a pressa, um dos dois quase sempre se equivoca. Se o cego caminha sozinho, a bengala o ajudará. Basta avisá-lo quando chegarem ao último degrau.

Entre uma escada “normal” e uma escada rolante – muito comum em lojas de departamentos –, é sempre o cego quem deve decidir sobre qual delas usar. E nunca se esqueça de avisá-lo quando chegarem diante de uma escada rolante.

## **O “ALI”.**

Quando se está na companhia de uma pessoa que não enxerga, há frases imperdoáveis que nunca se deve dizer. “A cadeira está ali”, “cuidado que ali na frente tem

uma bicicleta encostada no poste” são algumas dessas frases, que se tornam piadas quando as pessoas falam apontando com o dedo. Não se esqueça de que apontar com o dedo não tem valor algum para quem é cego.

É melhor dizer, por exemplo: “Tem uma cadeira bem à sua frente”, “a três metros há um poste com uma bicicleta encostada”, e assim por diante.

À mesa, basta melhorar a indicação: “O copo de água está junto de sua mão esquerda”, “o arroz está bem diante de você”, etc. Deixe que ele coma e beba sozinho.

O mesmo vale para os objetos trazidos pelo cego quando, por exemplo, entrarem num ônibus ou chegarem a uma festa: deixe que ele mesmo guarde suas coisas, pois será mais fácil encontrá-las depois. Se outra pessoa fizer isso, nunca deixe de informar ao cego onde os seus objetos foram colocados.

## **OS MEIOS DE TRANSPORTE.**

É no momento de subir ou descer, seja a calçada, o ônibus ou o metrô, que mais frequentemente a pessoa com deficiência visual recebe ajuda. A menos que, em meio ao barulho e à agitação, alguém faça o desagradável empurra-empurra.

Às vezes, são tantos os voluntários que aparecem para ajudar um cego a tomar um ônibus, que ele acaba sendo, literalmente, empurrado para dentro, quando poderia subir os degraus normalmente. Para descer,

ocorre o contrário: é seguro com tanta firmeza que quase não consegue sair do lugar. Ainda que tais atitudes estejam cheias de boa intenção, são dispensáveis. O cego que viaja sozinho sabe muito bem subir e descer a calçada, subir e descer os degraus do ônibus. Basta que você o conduza até a porta e o ajude a encontrar o corrimão de apoio.

Quando se tratar de um automóvel, é ainda mais fácil: é só colocar seu acompanhante entre a porta aberta e o interior do carro, ajudando-o a sentir a altura com a mão. Com a outra mão ele tocará a parte interior do teto e assento, sabendo, assim, onde e como se sentar. De nada adianta empurrá-lo para o interior do carro ou puxá-lo pelo braço quando ele tiver que sair. Cuidados simples como estes funcionam na prática e servem também para qualquer meio de transporte, seja um avião ou um trem.

### **FALANDO SOZINHO.**

É comum estarmos conversando com alguém, enquanto caminhamos, e acabarmos falando sozinhos quando quem nos acompanha dá uma paradinha para olhar uma vitrine, por exemplo. Imagine a situação de quem não enxerga e, no meio da agitação de uma rua, fica sem companhia, por alguns instantes.

Na sala de aula, na rua, ou mesmo dentro de casa, com o som em alto volume, fica difícil para o cego saber

se continua acompanhado, e, convenhamos, não é nada agradável conversar sozinho.

Se você estiver em companhia de uma pessoa cega, avise-a quando precisar se ausentar e volte a avisá-la quando retornar. Assim como ela pode continuar falando sozinha, pensando que você ainda está a seu lado, pode ficar calada por algum tempo, sem saber que você voltou. Não se esqueça de que a fala é o seu principal meio de comunicação.

## **NO BANHEIRO.**

Se você fica acanhado ao ajudar uma pessoa cega a usar o banheiro, imagine ela. Então, procure tornar as coisas bem naturais, pois ir ao banheiro é algo natural a todos.

Se vocês são do mesmo sexo, as coisas ficam ainda mais fáceis. Se for um homem, diga-lhe o tipo de sanitário. Num local público, por exemplo, sempre há o vaso e o mictório. Deixe que o cego escolha. Se a opção for pelo mictório, procure descrevê-lo. Se ele escolher a “privada”, veja antes se está limpa e diga-lhe onde estão o rolo de papel higiênico e o cesto. Se tem tempo, espere por ele e leve-o à pia para lavar as mãos (apenas para facilitar), informando se existe sabão líquido e toalha de papel.

Se o companheiro for do sexo oposto, procure por alguém do mesmo sexo que possa ajudá-lo. Caso contrário, aja com naturalidade, pois ele ou ela procurará

agir assim também. Não é necessária a superproteção, mas simplesmente facilitar a vida da pessoa com deficiência visual.

## **PESSOAS COM DEFICIÊNCIA VISUAL E/OU FÍSICA.**

É importante saber que para uma pessoa sentada é incômodo ficar olhando para cima por muito tempo. Portanto, ao conversar por um tempo maior com alguém que usa cadeira de rodas, se for possível, procure sentar-se para que você e ela fiquem com os olhos no mesmo nível.

A cadeira de rodas (assim como as bengalas e muletas) é parte do espaço corporal da pessoa (quase uma extensão do seu corpo). Agarrar ou apoiar-se na cadeira de rodas é como agarrar ou apoiar-se numa pessoa sentada numa cadeira comum. Isto, muitas vezes, é simpático se vocês forem amigos, mas não deve ser feito se vocês não se conhecem.

Nunca movimente a cadeira de rodas sem, antes, pedir permissão para quem está sentado nela.

Empurrar alguém em uma cadeira de rodas não é como empurrar um carrinho de supermercado. Portanto, faça-o com cuidado. Preste atenção para não bater naqueles que caminham à frente.

Para subir degraus, incline a cadeira para trás levantando as rodinhas da frente e apoiando-as sobre a elevação.

Para descer um degrau, é mais seguro fazê-lo de ré, sempre apoiando para que a descida seja sem solavancos.

Para subir ou descer degraus em sequência, será melhor pedir a ajuda de, pelo menos, mais um.

E lembre-se: quando estiver conduzindo uma pessoa numa cadeira de rodas e parar para conversar com alguém, vire a cadeira de frente para que ela também possa participar da conversa.

Se você estiver acompanhando uma pessoa com deficiência que anda devagar (com auxílio, ou não, de aparelhos ou bengalas), procure acompanhar os passos dela. E lembre-se de manter as muletas ou bengala sempre próximas a ela.

Se achar que ela está em dificuldades, ofereça auxílio e, caso aceite, pergunte como deve fazê-lo. As pessoas têm suas técnicas pessoais para subir escadas, por exemplo, e, às vezes, uma tentativa de ajuda inadequada pode atrapalhar. Mas pode acontecer da ajuda ser essencial. Pergunte e saberá como agir. E não se ofenda quando a ajuda for recusada.

Se você presenciar a queda de uma pessoa com deficiência, ofereça ajuda imediatamente. Mas nunca ajude sem perguntar como deve fazê-lo.

Ao escolher uma casa, restaurante, igreja ou outro lugar que queira visitar com uma pessoa com deficiência física, esteja atento para a existência de barreiras que dificultam, ou mesmo impossibilitam, o acesso dela.

Pessoas com paralisia cerebral e deficiência visual podem ter dificuldades para andar, podem fazer movimentos involuntários com pernas e braços e podem apresentar expressões estranhas no rosto. Não se intimide com isso. Lembre-se de que, geralmente, elas têm inteligência normal ou, às vezes, até acima da média.

Se houver dificuldades na fala e você não compreender imediatamente o que estão dizendo, peça para que repitam. Pessoas com tais dificuldades não se incomodam com isso. Pelo contrário, elas fazem o possível para que haja a comunicação. E não tenha receio em usar palavras como “andar” e “correr”. As pessoas com deficiência física empregam naturalmente essas palavras.

Quando você encontrar um paralisado cerebral (PC), lembre-se de que ele tem necessidades específicas, por causa de suas diferenças individuais. Geralmente, ele é mais lento no que faz, como andar, falar, pegar as coisas, etc. É muito importante respeitar seu ritmo. Para melhor lidar com um PC, eis algumas sugestões:

1. Tenha paciência ao ouvi-lo, pois a maioria deles tem dificuldade na fala. Há pessoas que confundem essa dificuldade e o ritmo lento com deficiência mental.
2. Lembre-se de que o PC não é um portador de doença grave ou contagiosa. A paralisia cerebral é fruto da lesão cerebral, ocasionada antes, durante ou após o nascimento, causando desordem sobre os controles

dos músculos do corpo. Portanto, não é doença: é uma situação.

3. Não trate o PC como uma criança ou um incapaz. Trate-o com a mesma consideração e respeito dispensados às demais pessoas.

### **AO FREQUENTAR UMA IGREJA.**

Muito do que apresentamos anteriormente pode ser aplicado à pessoa cega, ou com baixa visão, que frequenta uma igreja. Basta considerar as situações e adequá-las. Na participação da Escola Bíblica Dominical ou outras atividades de estudo bíblico, deve-se também levar em conta o que foi sugerido com relação aos estudantes cegos. No caso do auxílio que pode ser dado quando a pessoa cega vai ao banheiro, utiliza transporte (público ou particular), participa de uma refeição comunitária e outras situações, considere o exposto anteriormente naquilo que couber.

As pessoas cegas ou com baixa visão são como você, só que não enxergam totalmente ou em parte. Trate-as com o mesmo respeito e consideração com que você trata os demais. No convívio social ou profissional, não as exclua das atividades normais. Deixe que elas decidam como podem ou querem participar, por exemplo, das dinâmicas e confraternizações.



Proporcione a elas a mesma chance que você dá a si mesmo de ter sucesso ou de falhar nas tentativas.

Se você chegou até aqui, certamente se importa com o assunto. Sabemos que a maior barreira é a falta de informação e os preconceitos. Assim, compartilhe este texto com todos de seu relacionamento e peça que eles façam o mesmo.

---

## **REFERÊNCIAS**

1. MASINI, Elsie S. O perceber e o relacionar-se do deficiente visual Brasília, Ministério da Justiça/CORDE, 1994.
2. DICK, Herman Van. Como se relacionar com um cego.
3. Acessibilidade - Prodam - PMSP. Disponível em: <http://www.prodam.sp.gov.br/acess/exemplo1.asp?item=Conviva%20com%20a%20Defici%EAncias> Acessado em 7 de janeiro de 2015.



O Projeto João 9 busca servir e  
proclamar o evangelho aos  
deficientes visuais no Brasil,  
oferecendo cursos de informática  
acessíveis e livros cristãos em áudio.

O projeto João 9 compartilha  
com as pessoas cegas  
a visão de que  
apenas em Cristo  
há esperança.

[www.projetojoao9.com](http://www.projetojoao9.com)