



## “A maioria das pessoas com deficiência vive uma vida de exclusão”

Entenda o que é e como se manifesta diariamente o preconceito com as pessoas deficientes

Matéria adaptada de *Maternews* - disponível em <https://mailchi.mp/maternews/0216?e=eef7ac10e0>

A publicitária e ativista Bruna Rocha Silveira tem epilepsia e contou um pouco sobre sua jornada como mãe do Francisco, 3 anos. Hoje ela vai nos ajudar a entender o que é o capacitismo, ou seja, o preconceito com as pessoas deficientes. Ela oferece informações valiosas sobre o tema.

### O que é capacitismo?

O capacitismo é o nome da opressão sobre o corpo com impedimento, compreendendo as pessoas com deficiência como incapazes de serem e fazerem quaisquer coisas, como se um impedimento corporal, por exemplo, não andar, tornasse a pessoa com deficiência também incapaz de desempenhar atividades não relacionadas ao andar. Ou seja, é a ideia de que pessoas sem deficiência são superiores às pessoas com deficiência, em qualquer aspecto. Numa sociedade capacitista, a desigualdade que assola as pessoas com deficiência é atribuída exclusivamente ao impedimento corporal, desconsiderando a estrutura social opressora. O capacitismo significa para as pessoas com deficiência o mesmo que o racismo significa para a população negra, o machismo para as mulheres ou a LGBTfobia para a comunidade LGBTQI+.

## Como o capacitismo se manifesta no dia a dia, sem que as pessoas percebam?

O capacitismo, assim como o racismo, é estrutural. Está tão dentro da gente, que nem percebemos. As pessoas nem percebem o quanto são capacitistas ao olharem pra uma pessoa com deficiência num espaço público e acharem que ela é um exemplo de superação simplesmente por estar vivendo, ou quando perguntam a um terceiro se uma pessoa com deficiência pode ou não fazer alguma coisa. Eu e meu marido temos deficiência, mas ele, por ser cadeirante, sofre muito mais com o capacitismo. As pessoas perguntam pra mim, por exemplo, se ele quer um copo de água. Elas não acham que ele é capaz de responder a essa simples pergunta.

Mas vai além. Quando as pessoas acham que vaga preferencial é um privilégio, que cota é um privilégio, que pessoas com deficiência não podem ser mãe e pai. Mas o capacitismo também aparece quando temos um estabelecimento comercial e achamos que tudo bem a entrada para um cadeirante ser pelos fundos, pela garagem, pela lateral. Ou quando fazemos uma comunicação que não contempla pessoas surdas ou cegas. Ou ainda, quando achamos que crianças com deficiência não devem estar em escola regular porque elas “atrapalham”. O capacitismo está presente no design e na arquitetura, em toda parte.

## Quais são as ações necessárias para a construção de um futuro anti-capacitista?

Acho que uma das coisas mais importantes para eliminarmos o capacitismo das nossas vidas é conviver com as diferenças e deficiências. Porque é muito difícil entender algo sem conviver. Fortalecer a convivência social de pessoas com deficiência é muito importante. Historicamente a pessoa com deficiência foi escondida, segregada ou, no máximo, integrada, mas dificilmente incluída realmente na sociedade.



A figura acima demonstra muito bem essas realidades, e convivemos com todas elas ainda hoje. A imensa maioria das pessoas com deficiência ainda vive uma vida de exclusão. Enquanto isso acontecer, o capacitismo vai ser uma realidade. Enquanto as pessoas acharem que inclusão é favor, e que é uma coisa só pra pessoa com deficiência, o capacitismo será uma realidade. É muito importante que as pessoas entendam que a inclusão é algo de todos, para todos, com todos. Esse respeito a diferentes corpos, diferentes formas de viver o mundo é condição primária para que o capacitismo seja visto como algo a ser extinto.

**O racismo está esclarecendo quais termos e expressões devem e não devem ser falados.**

**Isso porque muitas vezes usamos, sem perceber, linguagem preconceituosa. Muita gente não sabe como se referir às pessoas com deficiência.**

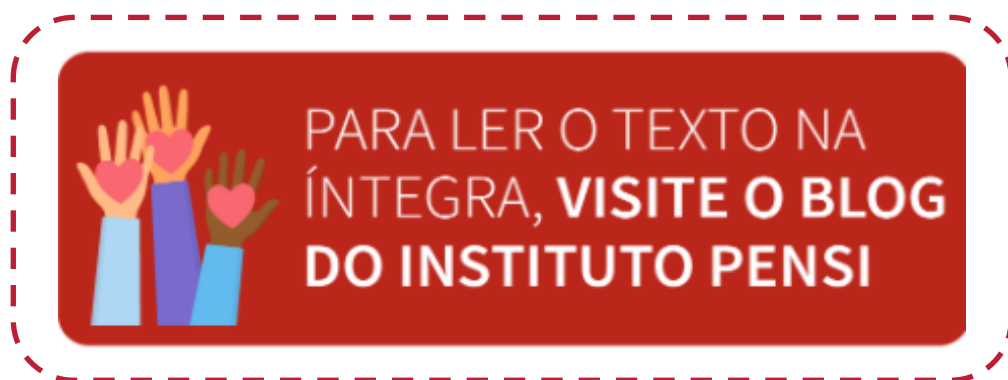
**Quais são as palavras adequadas?**

Bom, por não conviverem com pessoas com deficiência, é natural que as pessoas não saibam e temam falar sobre e com pessoas com deficiência. O primeiro passo é perder o medo e ter uma frase que nós, do movimento usamos muito: “Nada sobre nós sem nós.” Não é feio não saber, mas falar sem perguntar é. Existem documentos escritos pelas pessoas com deficiência que esclarecem essas dúvidas. Uma coisa que é consenso, é que nós, pessoas com deficiência, somos primeiramente pessoas e a deficiência é algo que temos, logo, o termo correto para se referir quem tem uma deficiência é pessoa com deficiência. Ninguém é portador de uma deficiência, porque só portamos aquilo que podemos deixar de portar, como uma bolsa, um casaco.

Ninguém diz “eu porto olhos castanhos”, você tem olhos castanhos. Então, eliminem o portador do vocabulário sobre deficiência. Palavras ofensivas como aleijado, ceguinho, cego-surdo também é consenso. Muitas vezes, pessoas com deficiência identificam na sua deficiência uma identidade também, então, se autodeclaram cadeirante, cego, surdo, deficiente. Mas aí, é uma questão identitária pessoal que devemos perguntar ao nosso interlocutor. O mais importante talvez seja perder o medo de perguntar e perder o preconceito em aprender.

## Conjunto de talentos

Dr. José Luiz Setúbal, pediatra e instituidor da Fundação José Luiz Egydio Setúbal e vice-presidente do Instituto PENSI escreveu um artigo no qual diz que a verdadeira inclusão é abraçar a diferença. Pessoas com deficiência representam um conjunto significativo de talentos. Este ano a Fundação José Luiz Egydio Setúbal está tratando o tema da diversidade em suas comunicações institucionais e a criança com deficiência em suas múltiplas formas está sendo contemplada.



# Dicas culturais

## Teatro



**Campaneli**  
*apresenta*  
**CHAPEUZINHO VERMELHO**  
**01 de Novembro**  
**Domingo - Sessões 15h e 17h**

De acordo com a PORTARIA No 198-R da Secretaria de Estado da Saúde - SESA  
Nossa capacidade de público foi reduzida.  
E a compra dos ingressos antecipados pode ser feita através do  
**Whatsapp 27 99991-8229**

## Músicas e contação de histórias

O canal do professor e músico Samir Lima no YouTube está recheado de vídeos de músicas e contações de histórias. Tio Samir participou da nossa Semana da Criança, cantando e encantando nossos pequenos!

Clique na imagem para acessar o canal.

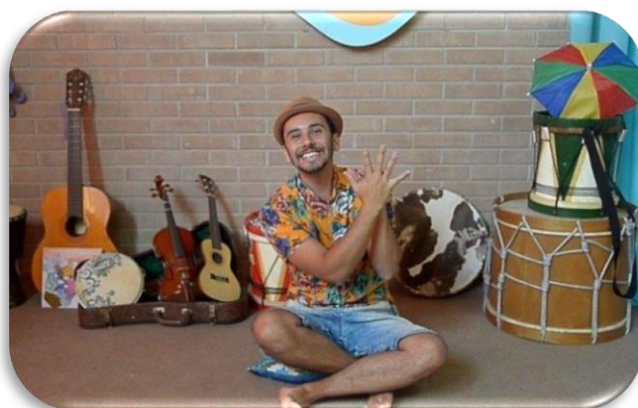


# Dicas culturais



## IC para crianças: Vivências Musicais com Filipe Edmo

O novo ciclo do projeto infantil Vivências Musicais começou. Partindo de brincadeiras tradicionais, o diretor, ator e músico Filipe Edmo nos convida para vivenciar a música de uma forma diferente: com dança e instrumentos inusitados!



As próximas aulas acontecem nos dias 9 e 23 de novembro e 7 e 21 de dezembro, com os vídeos disponibilizados neste site a partir das 11 horas de cada dia.

Além dessas atividades, também acontecem muitas outras, como oficinas, sessões de cinema e de teatro. Entre no site para ver a programação completa.

<https://www.itaucultural.org.br/secoes/infantil>

# Lancheira saudável

## Cupcake de beterraba



### Ingredientes

1 beterraba grande e crua  
2 ovos  
1 banana congelada  
 $\frac{1}{4}$  xícara de azeite  
 $\frac{1}{2}$  xícara de farinha de trigo  
integral  
 $\frac{1}{2}$  xícara de farelo de aveia  
 $\frac{1}{4}$  de xícara de açúcar  
demerara  
1 colher de sopa de fermento  
em pó

### Modo de fazer

Bata a beterraba, os ovos, a banana, o azeite e o açúcar no liquidificador.  
Despeje em uma vasilha e misture o restante dos ingredientes.  
Adicione o fermento por último e mexa com cuidado.  
Despeje nas forminhas e leve para assar em forno pré aquecido a 180 graus. Faça o teste com o garfo ou palito para saber quando está totalmente assado.  
Rende 12 bolinhos.

Essa receita foi compartilhada pela Karla, mãe do Derek (G2M)

Envie você também uma receitinha que seja sucesso na sua casa!



# Galeria de fotos



**DESLIZAR PARA LONGE DE PERIGOS  
E PARA PERTO DE AENTURAS!**



OUVIR UMA BOA MÚSICA



ASSISTIR A UMA BELA ENCENAÇÃO!  
(QUEM RECONHECE ESSA HISTÓRIA!?)

## ANIVERSARIANTES DO MÊS DE OUTUBRO



02/10  
Marcos Vinícius  
(monitor G4V)



18/10  
Regina  
(auxiliar G3V)



30/10  
Zezé  
(auxiliar G5V)

## ANIVERSARIANTES DO MÊS DE NOVEMBRO



02/11  
Júnior  
(Professor voluntário de  
Educação Física)



29/11  
Sâmella  
(Professora voluntário de  
Educação Física)

## APEAC

### Associação de Pais, Educadores e Amigos da Criarte

O CEI Criarte conta com a Associação de Pais - APEAC, que juntamente com a direção e conselho deliberativo, colaboram para que esta instituição seja a melhor para os nossos filhos.

A Apeac é responsável pelo pagamento das passagens dos professores voluntários; pelos consertos emergenciais; pela compra de alguns materiais e solução de necessidades que surgem repentinamente.

Toda ajuda é bem-vinda e será revertida exclusivamente para as necessidades urgentes do CEI Criarte.

**As prestações de contas continuam sendo enviadas mensalmente.**

Procurem os pais da comissão ou enviem e-mail para mais informações:  
[apeac.criarte.ufes@gmail.com](mailto:apeac.criarte.ufes@gmail.com)

**Sua doação é muito importante!**

Conta da APEAC no PICPAY  
@apeac.criarte



Universidade Federal do Espírito Santo  
Centro de Educação Infantil Criarte  
Dúvidas ou sugestões? Entre em contato:  
[pedagogico.criarte@ufes.br](mailto:pedagogico.criarte@ufes.br)