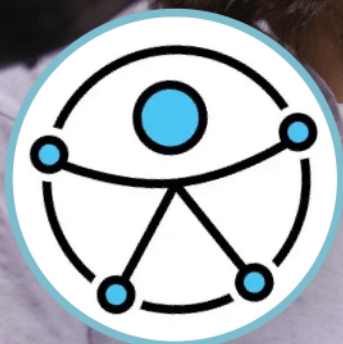




HOSPITAL DO
CENTRO

Cartilha da Inclusão PCD



Um guia para promover respeito, empatia
e acessibilidade no Hospital do Centro





ODS 3 VERDE:
SAÚDE E BEM-ESTAR



ODS 8 BORDÔ:
TRABALHO DECENTE
E CRESCIMENTO
ECONÔMICO



ODS 10 ROSA:
REDUÇÃO DAS
DESIGUALDADES



ODS 16 AZUL:
PAZ, JUSTIÇA E
INSTITUIÇÕES
EFICAZES

No Hospital do Centro, acreditamos que **cuidar é incluir**. A diversidade faz parte da nossa essência, está nas pessoas, nas histórias e nas formas de viver e se comunicar.

Esta cartilha foi criada para **sensibilizar e orientar nossas equipes** sobre a importância do respeito e da acessibilidade no ambiente de trabalho.

Queremos que cada colaborador se sinta acolhido, valorizado e respeitado, independentemente de suas características pessoais ou físicas, promovendo um ambiente de trabalho ético, inclusivo e pautado pela dignidade humana.



Descrição da imagem:
3 pessoas reunidas em um escritório, observando a tela de um notebook.

Título 1

O QUE É INCLUSÃO?



Incluir vai muito além de contratar pessoas com deficiência. Significa criar um ambiente em que todos possam trabalhar, aprender e se desenvolver com igualdade de oportunidades e respeito.

Incluir é:

- Valorizar as diferenças como parte da riqueza humana.
- Garantir acessibilidade física, comunicacional e atitudinal.
- Combater preconceitos e comportamentos excludentes.
- Construir um ambiente colaborativo, onde todos se sintam pertencentes.

A inclusão começa na atitude de cada um de nós.



Descrição da imagem:
mulher em uma cadeira de rodas participando de uma reunião com várias pessoas.

Título 2

O QUE É EQUIDADE?



Equidade é reconhecer que as pessoas são diferentes e, por isso, podem precisar de apoios e condições diferentes para ter as mesmas oportunidades.

Tratar todos de forma igual nem sempre é justo.

Ser equitativo é oferecer o que cada pessoa precisa para desempenhar suas atividades com dignidade e autonomia.

No contexto da inclusão de pessoas com deficiência, equidade significa:

- Ajustar processos, espaços e ferramentas quando necessário
- Respeitar ritmos e necessidades específicas
- Garantir que todos possam contribuir com seu potencial

Equidade não é privilégio. É justiça na prática.



Descrição da imagem:
pessoas formando um círculo, se cumprimentando juntando as mãos umas às outras com sorriso no rosto.

Título 3

VIESES INCONSCIENTES: O preconceito não intencional



Nem todo comportamento excludente nasce da má-fé. Os vieses inconscientes são atalhos mentais que todos nós desenvolvemos ao longo da vida, a partir da educação, da cultura e das experiências pessoais. Eles influenciam decisões, atitudes e julgamentos sem que percebamos. No ambiente de trabalho, esses vieses podem impactar diretamente pessoas com deficiência.

Exemplos comuns de vieses inconscientes:

- Achar que a pessoa com deficiência “não vai dar conta” de determinada atividade.
- Evitar delegar tarefas desafiadoras por excesso de proteção.
- Pressupor limitações sem perguntar ou ouvir.
- Supervalorizar pequenas entregas ou, ao contrário, desconsiderar competências reais.

Mesmo quando a intenção é ajudar, o efeito pode ser o oposto: exclusão, desmotivação e perda de autonomia.

O que podemos fazer no dia a dia:

- Questionar nossos próprios julgamentos automáticos.
- Ouvir antes de supor.
- Perguntar como a pessoa prefere ser apoiada.
- Avaliar desempenho com base em entregas, não em estereótipos.
- Lembrar que deficiência não define capacidade profissional.

Reconhecer vieses inconscientes é um passo de maturidade, empatia e responsabilidade coletiva.

Incluir também é refletir, conhecer e melhorar as nossas atitudes invisíveis ou automáticas.

LETRAMENTO DAS DEFICIÊNCIAS



Compreender os diferentes tipos de deficiência ajuda a quebrar barreiras e a agir com empatia.



Deficiência Física:

Afeta a mobilidade ou coordenação. Pode ser aparente (como amputações ou uso de cadeira de rodas) ou não. Como agir: respeite o ritmo da pessoa; não empurre cadeiras de rodas sem permissão; mantenha espaços livres de obstáculos.



Deficiência Visual:

Pode variar desde baixa visão até cegueira total. Como agir: ofereça ajuda dizendo seu nome e explicando o que vai fazer; nunca puxe pelo braço sem pedir; descreva o ambiente se necessário.



Deficiência Auditiva:

Pode ser parcial ou total. Algumas pessoas usam Libras, outras fazem leitura labial. Como agir: fale de frente, com boa iluminação; articule as palavras; use escrita ou gestos se necessário; respeite o tempo de comunicação.



Deficiência Intelectual:

Envolve limitações em algumas habilidades cognitivas, mas não define o valor ou potencial de uma pessoa. Como agir: use linguagem simples e clara; tenha paciência para explicar; incentive a autonomia.



Deficiência Psicossocial (ou mental):

Relacionada a condições como depressão, ansiedade, esquizofrenia, entre outras. Como agir: evite julgamentos; ouça com empatia; promova acolhimento e apoio.

Título 5

NEURODIVERGÊNCIA



Neurodivergência refere-se às diferentes formas de funcionamento do cérebro humano, como no autismo, TDAH, dislexia, entre outras.

Nem toda pessoa neurodivergente é considerada pessoa com deficiência. De todo modo, a inclusão, nesse contexto, passa pelo respeito às diferenças, pela comunicação clara e por ambientes que favoreçam o bem-estar e o desempenho de cada pessoa.

Descrição da imagem:
a mão de uma pessoa encaixando uma peça para completar um quebra-cabeça.



Título 6

COMBATE AO CAPACITISMO



Capacitismo é o preconceito contra pessoas com deficiência e ele pode aparecer em pequenas atitudes, piadas ou suposições.

Exemplos de frases capacitistas (que NÃO DEVEMOS usar):

“Coitada dessa pessoa, tem deficiência.”

“Nossa, você é um exemplo de superação!”

“Nem parece que tem deficiência. Até achei que você era normal!”

“Apesar de PCD você parece feliz.”

“Você faz muito mais com deficiência do que algumas pessoas sem.”

Essas frases reforçam estereótipos e colocam a pessoa com deficiência como alguém “menor” ou “extraordinário” por realizar atividades comuns.

ATENÇÃO: Chamar pessoas com deficiência de “especiais” também é capacitismo, mesmo quando a intenção é boa!

O que fazer no lugar:

Trate o colega com naturalidade.

Use termos corretos: pessoa com deficiência (nunca “portador” ou “deficiente”).

Fale com a pessoa, não sobre ela.

Valorize competências, não limitações.

Respeito é o primeiro passo da inclusão.

Título 7

8 ATITUDES DE INCLUSÃO PCD NO HOSPITAL DO CENTRO



1. Sempre tratar todas as pessoas com respeito e dignidade, independentemente de suas diferenças.
2. Usar comunicação acessível: falar de frente, articular bem e sempre atento à compreensão do outro.
3. Jamais infantilizar ou ridicularizar pessoas com deficiência.
4. Acolher dúvidas com empatia. O que é simples ou óbvio para você pode não ser para outra pessoa.
5. Estar disposto a aprender continuamente. Inclusão é um processo, não um ponto de chegada.
6. Perguntar “se” e “como” pode ajudar, sem impor ajuda ou pressupor limitações. Se a pessoa com deficiência precisar do seu apoio, ela irá pedir.
7. Lembrar que nem toda deficiência é visível. Jamais faça julgamentos e comparações.
8. Ao presenciar atitudes desrespeitosas ou excludentes, não ser indiferente. O silêncio também comunica e machuca.

*Dentro do Hospital do Centro
inclusão não é um favor.*

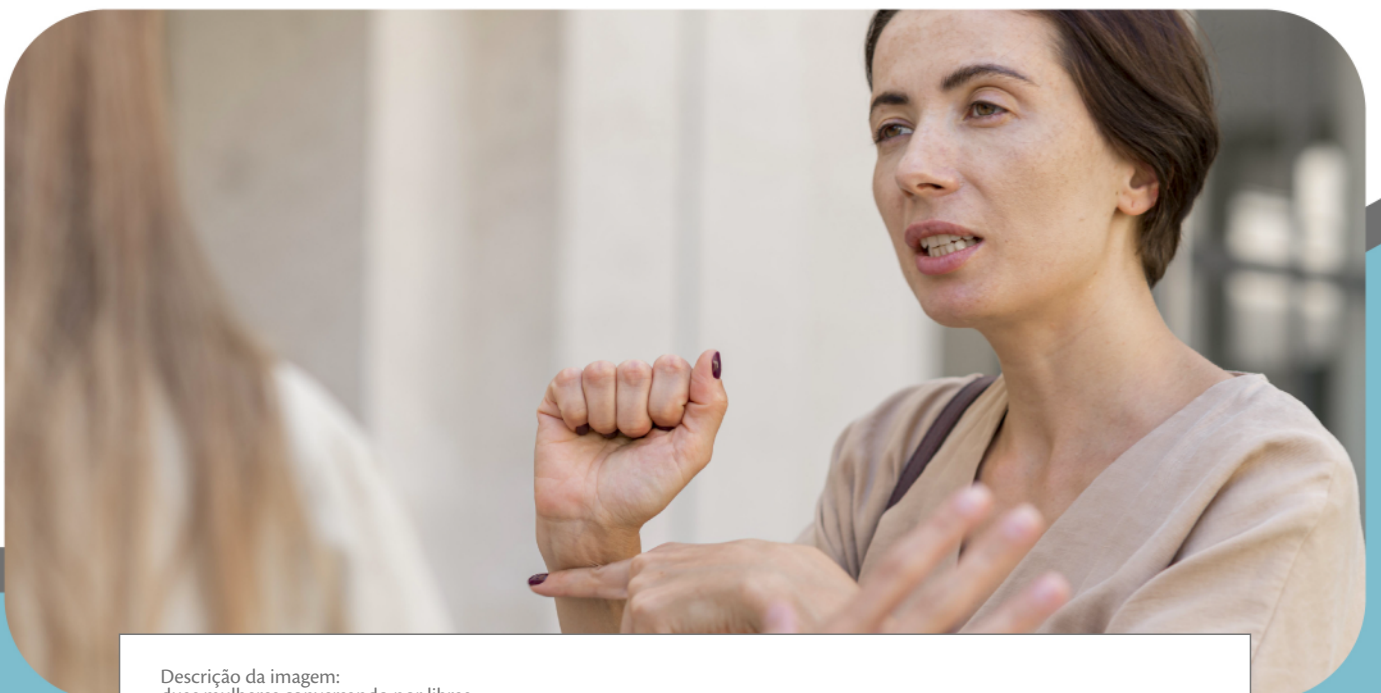
É uma obrigação coletiva.

Título 8

PENSE NISSO!



- Com o uso de braile ou leitores de tela, pessoas com deficiência visual podem ler com mais rapidez do que pessoas sem deficiência.
- Pessoas com deficiência física não têm, necessariamente, outras limitações intelectuais ou profissionais.
- Pessoas neurodivergentes podem apresentar hiperfoco, um estado de concentração intensa em determinadas atividades, o que favorece a produtividade e alta performance de análise.
- Pessoas surdas costumam ter grande atenção à comunicação visual e à linguagem corporal, o que pode facilitar a compreensão em interações presenciais.
- Uma doença ou um acidente grave podem, de repente, transformar qualquer um, inclusive você, em uma pessoa com deficiência ao longo da vida.



Descrição da imagem:
duas mulheres conversando por libras.

"Diversidade é convidar para a festa,
inclusão é chamar para dançar"

Vernã Myers



HOSPITAL DO
CENTRO

Sempre cuidando de você!

Compartilhe esta cartilha com sua equipe e ajude
a multiplicar atitudes de respeito e empatia.

