

# People First Language

## What do you call a person with a disability? *A person.*

What words define who you are? The color of your skin or hair? Your age? Your weight? Of course not.

When words alone define a person, the result is a label—a label that often reinforces barriers created by negative and stereotypical attitudes. Every individual deserves to be treated with dignity and respect—regardless of gender, ethnicity, religion, sexual orientation, hair color, or anything else.

### People First Language

People First Language is an objective and respectful way to speak about people with disabilities by emphasizing the person first, rather than the disability. It acknowledges what a person *has*, and recognizes that a person *is not* the disability. In putting the person before the disability, People First Language highlights a person's value, individuality and capabilities.

### What should you say?

When referring to individuals with disabilities, be considerate when choosing your words. Focus on the person—and never use terms that label, generalize, stereotype, devalue or discriminate. Unless it is relevant to the conversation, you don't even need to refer to or mention the disability.

The following chart has some examples of People First Language.

| Say This  | Not This   |
|---|--|
| people with disabilities  | the handicapped, the disabled  |
| people without disabilities   | normal, healthy, whole or typical people                             |
| person who has a congenital disability  | person with a birth defect   |
| person who has (or has been diagnosed with)...  | person afflicted with, suffers from, a victim of...                  |
| person who has Down syndrome  | Downs person, mongoloid, mongol                                      |
| person who has (or has been diagnosed with) autism  | the autistic   |
| person with quadriplegia, person with paraplegia, person diagnosed with a physical disability     | a quadriplegic, a paraplegic   |
| person with a physical disability   | a cripple  |
| person of short stature, little person  | a dwarf, a midget  |
| person who is unable to speak, person who uses a communication device                             | dumb, mute   |
| people who are blind, person who is visually impaired   | the blind  |
| person with a learning disability   | learning disabled  |
| person diagnosed with a mental health condition   | crazy, insane, psycho, mentally ill, emotionally disturbed, demented |
| person diagnosed with a cognitive disability or with an intellectual and developmental disability | mentally retarded, retarded, slow, idiot, moron                      |
| student who receives special education services   | special ed student, special education student                        |
| person who uses a wheelchair or a mobility chair  | confined to a wheelchair; wheelchair bound                           |
| accessible parking, bathrooms, etc.   | handicapped parking, bathrooms, etc.                                 |

# Idioma de las Personas Primero

## ¿Cómo se le llama a una persona con una discapacidad? *Una persona.*

¿Cuáles son las palabras que lo definen a usted cómo es? ¿El color de su piel o de su cabello? ¿Su edad? ¿Su peso? Claro que no.

Cuando sólo se usan palabras para definir a una persona, el resultado es una etiqueta (una etiqueta refuerza las barreras que se crean por actitudes negativas y estereotípicas). Cada individuo merece ser tratado con dignidad y respeto, sin importar su sexo, origen étnico, religión, orientación sexual, color de su cabello, o ninguna otra cosa.

### Idioma de las Personas Primero

El Idioma de las Personas Primero es una forma objetiva y respetuosa de hablar acerca de las personas con discapacidades al hacer énfasis en la persona primero, en vez de su discapacidad. Reconoce lo que la persona tiene, y reconoce que una persona no es la discapacidad. Al poner a la persona antes de la discapacidad, el Idioma de las Personas Primero destaca el valor, la individualidad y las capacidades de una persona.

### ¿Qué debe decir?

Cuando se dirige a individuos con discapacidades sea cuidadoso con las palabras que selecciona. Enfóquese en la persona (y nunca use palabras que etiquetan, generalizan, encasillan o discriminan). No necesita hacer referencia o mencionar la discapacidad, salvo que sea relevante para la conversación.

La siguiente tabla muestra algunos ejemplos del Idioma de las Personas Primero.

| Diga esto  | No esto  |
|--|--|
| personas con discapacidades  | los discapacitados, los inválidos  |
| personas sin discapacidades  | personas normales, sanas, enteras o típicas                                |
| personas que tienen una discapacidad congénita   | personas con un defecto de nacimiento                                      |
| persona que tiene (o ha sido diagnosticada con)...   | persona aquejada con, sufre de, una víctima de...                          |
| persona que tiene síndrome de Down   | persona Down, mongólico  |
| persona que tiene (o ha sido diagnosticada con) autismo  | el autista   |
| persona con tetraplejia, persona con paraplejia, persona diagnosticada con una discapacidad física         | una tetrapléjico, un parapléjico   |
| persona con una discapacidad física  | un tullido   |
| persona de estatura corta, persona pequeña   | un enano   |
| persona incapaz de hablar, persona que usa un dispositivo de comunicación                                  | tonto, mudo  |
| personas que están ciegas, personas con problemas de la vista  | los ciegos   |
| persona con una discapacidad del aprendizaje   | discapacitado en el aprendizaje  |
| persona diagnosticada con una condición de salud mental  | loco, psicópata, enfermo mental, trastornado emocional, demente            |
| persona diagnosticada con una discapacidad cognitiva o con una discapacidad intelectual o en el desarrollo | retardado mental, retardado, lento, idiota, tarado                         |
| estudiante que recibe servicios educativos especiales  | estudiante de educación especial, estudiante "special ed"                  |
| persona que usa una silla de ruedas o silla para la movilidad  | limitado a una silla de ruedas, constreñido a una silla de ruedas          |
| estacionamiento, servicios sanitarios accesibles, etc.   | estacionamiento, servicios sanitarios accesibles, etc. para discapacitados |