



GUÍA BÁSICA DE USO:
SISTEMAS ALTERNATIVOS &
AUMENTATIVOS DE
COMUNICACIÓN





Institución CONFE I.A.P. es una organización que busca la calidad de vida e inclusión plena de las personas con discapacidad intelectual y sus familias. Implementa las mejores prácticas de atención que faciliten la autonomía, empoderamiento, independencia y goce de todos los derechos, considerando de forma central, lo que es importante para las propias personas y los apoyos que necesitan para lograr su plan de vida e inclusión social plena.

Sin duda, poder comunicarse y expresar necesidades, pensamientos, sentimientos y emociones, es fundamental en la calidad de vida e inclusión social de todo ser humano, a veces, hasta para solucionar cuestiones elementales como hambre, sed, pedir ayuda, abrigo, etc.

Algunas personas con discapacidad intelectual no cuentan con lenguaje verbal, sin embargo, los sistemas aumentativos y alternativos de comunicación brindan un excelente apoyo para que puedan comunicarse de formas distintas, por ejemplo a través de pictogramas, lengua de señas, aplicaciones, tecnología, etc.

Para ello, CONFE, preocupado por prestar los apoyos necesarios para que cada persona goce de sus derechos, tenga las mismas oportunidades que todos y disfrute de una vida plena, pone a disposición esta guía básica de sistemas alternativos y aumentativos de comunicación y agradece el apoyo en la difusión de la misma.

Agradecemos a la LTCH Marina Zárata Olivieri-San Giacomo por el desarrollo de esta guía, para CONFE.

Según la Asociación de Habla, Lenguaje y Audición de Estados Unidos: "Los Sistemas Alternativos y Aumentativos de la Comunicación (SAAC) son todas las formas que tenemos las personas para comunicar nuestros pensamientos, necesidades, deseos y emociones, además del habla. Todas las personas las usamos todo el tiempo: al hacer gestos, expresiones faciales, al escribir o dibujar." (2022) Tienen como objetivo aumentar y compensar las dificultades de comunicación y lenguaje que pueda tener una persona.



Nuestro objetivo como padres de familia, tutores o profesionales, es aprender que existen varias maneras de expresar palabras, y abrirnos a todas las formas que tenemos a nuestro alcance para hacerlo, y así aceptar el modo que más le convenga para expresar a cada persona, sin excluirla o discriminarla por no hablar como la mayoría.

REFLEXIONEMOS UN POCO...

SI PUEDO COMUNICARME YO:



Puedo expresar qué necesito, qué es lo que siento y pienso.



Puedo relacionarme con otras personas, tener amigos, noviazgos, y relaciones sanas.



Puedo desarrollar mi personalidad, conocer quién soy y que los demás me conozcan.



Puedo interactuar con el mundo, conocer lugares, aprender de cualquier tema, oficio y habilidad.



Puedo ser independiente en mi vida diaria.

SI NO PUEDO COMUNICARME YO:



No puedo decir si me duele algo, si no me gusta el programa que me ponen, o si una persona me trata mal.



No tengo amigos, muy pocas personas me hacen caso y casi nadie me entiende.



Las personas no me conocen como soy, ya que no puedo dar mi opinión.



Casi no salgo de mi casa, a las personas les da pena que los vean conmigo, conozco muy pocos lugares.

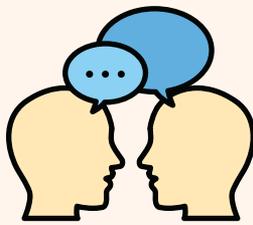


Necesito ayuda de los demás para hacerme entender.

Siento mucho enojo, tristeza y frustración que la mayoría de las veces termina en ansiedad o depresión.



TIPOS DE COMUNICACIÓN



HABLAR
(LENGUAJE ORAL)

TABLEROS DE
COMUNICACIÓN
CON PICTOGRAMAS



LENGUA DE SEÑAS
MEXICANA

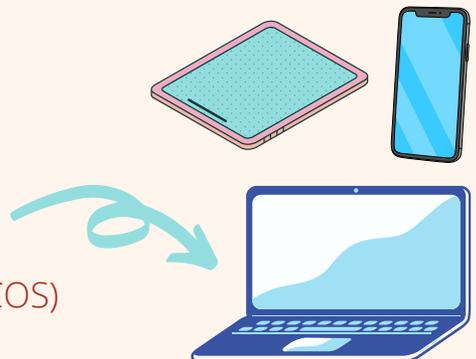


ESCRIBIR



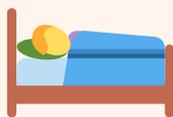
GESTOS Y LENGUAJE
CORPORAL

SISTEMAS DE
COMUNICACIÓN
CON AYUDA
(APARATOS ELECTRÓNICOS)





Los PICTOGRAMAS son imágenes que representan TODO: objetos, personas, lugares, emociones, acciones...



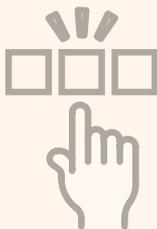
¿Para qué nos sirven?

- Para adquirir vocabulario y conceptos.
- Expresar y comprender qué necesitamos, qué sentimos o qué pensamos.
- Entender el mundo que nos rodea.

PICTOGRAMAS



Por ejemplo:



QUIERO

AGUA

VAMOS A

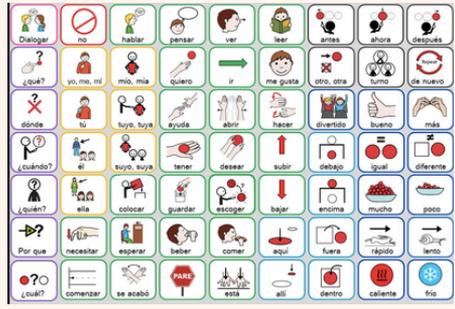
CASA

Reflexiona...

Pudo no haberte DICHO su primera palabra, pero puede SEÑALARLA, ELEGIRLA o DÁRTELA

¿Cómo los uso?

PICTOGRAMAS

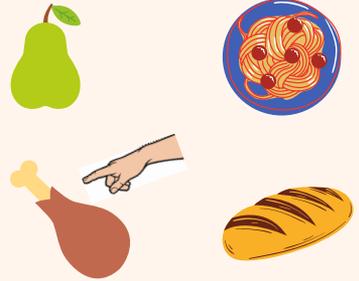


Sigue los pasos:

1. Consigue tus pictogramas, ya sean comprados (se recomienda "mi estuche de pictos" de editorial GEU), o hechos por ti mismo con impresiones de internet, recomendamos página: ARASAAC y enmicarlas para mayor protección y durabilidad. Necesitas muchas tarjetas con mucho vocabulario básico como comida, prendas de ropa, lugares, objetos, personas.

2. Vamos a usar el vocabulario más usado dentro de casa, como la comida que más le gusta, las actividades que disfruta hacer, lugares que visitan, etc, cuando queramos preguntarle algo, o él quiera pedirlo, se le dan opciones con las tarjetas, para que pueda elegir señalando.

Ejemplo ¿Qué quieres comer? Elige



Abuela, ¿me compras unos pantalones por favor?

3. Ya que se usan las tarjetas para comunicar, comenzamos a elaborar frases cada vez más largas, para aprender a estructurar el lenguaje y adquirir conceptos más complejos. Esto estimula mucho el cerebro.

Otras actividades para trabajar con los

PICTOGRAMAS

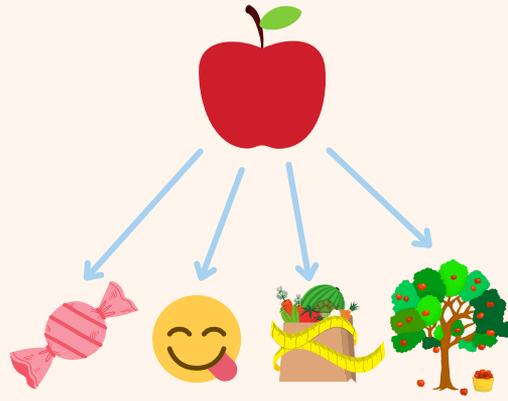
CAMPOS SEMÁNTICOS

Agrupar el vocabulario por categorías



CONCEPTOS

Encontrar las características de las palabras para construir conceptos.



= La manzana es dulce, sabrosa, saludable y crece en los árboles.

CATEGORÍAS

Cosas azules



Cosas pequeñas



+ Palabras
=
+ Conceptos
=
+ Comprensión
=
+ Posibilidades
=
+ Libertad

La importancia y utilidad de

LA AGENDA VISUAL

Es una herramienta que ayuda a:

- ORGANIZAR EL TIEMPO Y EL ESPACIO
- SENTIR TRANQUILIDAD Y CERTEZA
- DISMINUIR LA FRUSTRACIÓN
- PODER REALIZAR RUTINAS
- COMUNICARNOS CON ALGUIEN
- PREDECIR LO QUE VA A PASAR



**PERSONALÍZALA A TUS NECESIDADES.
TE DEJO UNAS IDEAS:**



¿CÓMO?



1. Elige materiales para realizarlo (cartulina, tela, hojas) y pégale un cuadrado de velcro en la parte de atrás y la contraparte en la base.
2. Se ordenan las actividades del día pegando los pictogramas que representan cada momento o actividad.
3. Una vez realizada una actividad, se quita de la agenda para reiterar que ya concluyó, y se señala la que sigue.

Sistemas de Comunicación con Ayuda



Existen aplicaciones gratuitas que se pueden descargar en tu celular o tablet que te ofrecen muchas herramientas para manipular los pictogramas sin tener que comprarlos o imprimirlos.

Te recomiendo descargar varias e ir probando para encontrar la mejor para cada quien. Puedes empezar descargando algunas de estas:



Dictapicto



CPA 3.0

PictoTEA

TalkUp



SearchonArasaac

AgendaTEA

E-Mintza



PictogramAgenda

Pictosonidos

Press & Say

Voice - AMIKEO APPS

Niki Talk



Disponibles para IOS en App Store
y Android en Play Store

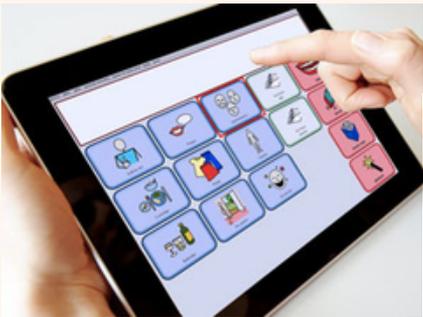


¿Cómo las uso?

Las aplicaciones son personalizables, así que podrás hacer listas con los pictogramas de las acciones u objetos que más utilice la familia. Sigue las indicaciones que te de la aplicación, ya que cada una se maneja diferente.

La persona con necesidades de lenguaje elige los pictogramas que desea expresar, pueden ser palabras sueltas o frases complejas, y el aparato lo traduce a palabras.

Es decir, que al seleccionar las imágenes, va a sonar la palabra hablada, y así la persona puede ordenar su comida en un restaurante, puede preguntar por indicaciones, comprar en una tienda, decidir qué comer en casa o a dónde ir, con la ventaja de que la otra persona lo escuchará.



 QUIERO	 COMER	 BEBER	 DORMIR	 JUGAR	 CANTAR
	 MANZANA	 LECHE	 CAMA	 PELOTA	 TELE



LSM



(LENGUA DE SEÑAS MEXICANA)



Las personas con problemas auditivos o de comunicación pueden aprender LSM para comunicarse. Es importante que su familia y personas cercanas también lo aprendan. Existen escuelas en donde se comunican en esta lengua, y en YouTube pueden encontrar cuentos, canciones e información escribiendo: "LSM".

Según el Consejo Nacional para el Desarrollo y la Inclusión de las Personas con Discapacidad, la LSM es la lengua que utilizan las personas sordas en México. Es muy importante comprender que la dificultad de las personas con discapacidad auditiva para comunicarse con los demás, dificulta su desarrollo educativo, profesional y humano, por consecuencia se ven limitadas sus oportunidades de inclusión. Como cualquier otro idioma, tiene su propia gramática, sintaxis y léxico. (2016)

Pueden buscar en internet cursos básicos, descargar el diccionario y aprender mediante aplicaciones de celular de manera GRATUITA.



Aplicaciones para celular y tablet

GRATUITOS:

InterSeña



Dilo en señas



Dilo en señas -La expedición

LSApp



Senas y Sonrisas



Gestika

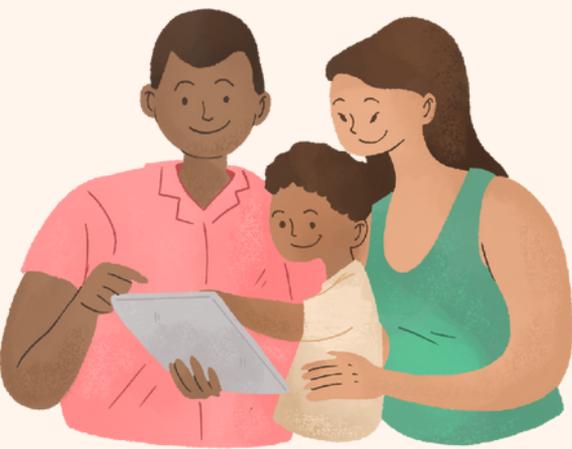


LSA en Familia

HandsUP LESCO



¿Dónde las busco?
Android: PlayStore
iPhone: AppStore



Canales de YouTube:

LSM Enseñando

Daniel LSM

LSM IAPPPS

Dilo En Señas

ChNt



¿Quién puede utilizar estos SAAC?

Los Sistemas Alternativos y Aumentativos de Comunicación existen para apoyar a CUALQUIER PERSONA que no logre comunicarse, con o sin diagnóstico, y TODOS podemos utilizarlos, para que comunicarnos nos sea más fácil y cómodo.

Personas que pueden beneficiarse mucho de ellos, incluyen los siguientes diagnósticos:

- Trastorno del Espectro Autista
- Trastornos Generalizados del Desarrollo
- Trastornos Psicomotores
- Discapacidad Intelectual
- Daño Cerebral
- Hipoacusia (sordera)
- Síndromes específicos que impidan comunicación hablada
- Parálisis Cerebral
- Daño de órganos fonoarticulatorios

Intenta usar todos los SAAC, investigar las aplicaciones, hacer combinaciones de métodos, y con el tiempo encontrarás la mejor manera para él/ella, Ten paciencia, los métodos tardan meses en aprenderse, y la familia debe aprender también.



RECUERDA:
TODOS TENEMOS EL DERECHO A PODER
EXPRESARNOS Y ASÍ
SER LIBRES.
NO TE RINDAS.



Cómo saber si alguien tiene problemas para comunicarse



Observa a la persona y cuestionate:



¿Yo le entiendo cuando habla?

¿Los demás le entienden cuando habla?

En lugar de usar palabras, ¿señala las cosas?



¿No escucha bien?

¿Se pierde de las conversaciones?



¿Parece que siempre está "en su propio mundo"?

¿Le adivino las cosas sin preguntarle?

¿No decide por sí misma?



Si las respuestas te indican que no logra comunicarse al 100%, intenta otras formas para complementar y satisfacer sus necesidades y dignidad.

¿Dónde puedo pedir ayuda?



Los profesionales que atienden cualquier problema de comunicación son los Terapeutas en COMUNICACIÓN HUMANA. Hay otros profesionales como médicos o psicólogos que han tomado certificaciones para hacerlo.

Súper importante pedir las credenciales de los profesionales para que no te engañen.



Instituciones Gubernamentales que atienden patología del lenguaje en la Ciudad de México:

- Instituto Nacional de Rehabilitación "Luis Guillermo Ibarra Ibarra".
- Hospital Psiquiátrico Infantil "Dr. Juan N. Navarro"
- Hospital General "Dr. Manuel Gea González"
- Hospital General de México

Cuando hay fallas de audición que están causando el problema, acudir a un OTORRINOLARINGÓLOGO Y/O AUDIÓLOGO para que hagan las pruebas pertinentes.



Si se presentan alteraciones anatómicas o fisiológicas en laringe que no nos permite hablar, acudir con un doctor especializado en FONIATRÍA.

Un último mensaje...

Si llegaste hasta esta página es porque tienes un interés genuino en el bienestar de los demás. ¡Enhorabuena!



Sólo te queda probar de todo: los pictogramas, las aplicaciones electrónicas, las señas, los gestos, un cuaderno para escribir, o una combinación de todos, para que la comunicación deje de ser un enorme obstáculo en la vida de tu ser querido.



Recuerda: buscamos brindarle dignidad para elegir, para valerse por sí mismo y entonces ser más libre a pesar de cualquier circunstancia de vida.

¡Confía en que lo lograrás!



Referencias Bibliográficas

American Speech-Language-Hearing Association. (2022). Los Sistemas Aumentativos y Alternativos de Comunicación. ASHA. <https://www.asha.org/public/speech/spanish/los-sistemas-aumentativos-y-alternativos-de-comunicacion/#:%7E:text=La%20comunicaci%C3%B3n%20aumentativa%20y%20alternativa,%2C%20s%C3%ADmbolos%2C%20ilustraciones%20o%20escritura.>

Ariz Argaya, A., & A.P.A.D.A. (2019, 23 octubre). ¿Qué son los pictogramas y cómo se utilizan? Cinfasalud. <https://cinfasalud.cinfa.com/p/pictogramas/>

Consejo Nacional para el Desarrollo y la Inclusión de las Personas con Discapacidad. (2016, 10 septiembre). Gobierno de México. Gobierno de México. <https://www.gob.mx/conadis/articulos/lengua-de-senas-mexicana-lsm?idiom=es>

Madrid, F. A. (2021, 20 abril). ¿Qué son los Sistemas Aumentativos y/o Alternativos de Comunicación? Autismo Madrid. <https://autismomadrid.es/articulo-especializado/que-son-los-sistemas-aumentativos-y-o-alternativos-de-comunicacion/#:%7E:text=%E2%80%9CLos%20Sistemas%20Aumentativos%20y%20Alternativos,con%20dificultades%20en%20esta%20C3%A1rea.%E2%80%9D>

Marcos, J. M. (2022, 30 enero). Aprendiendo sobre Comunicación Aumentativa y Alternativa - CAA. Aula abierta de ARASAAC. https://aulaabierta.arasaac.org/comunicacion_aumentativa_y_alternativa_caa

Imágenes de: Canva.com

Contacto T.C.H. Marina Zárate Olivieri-Sangiacomo
correo: marinazarateolivieri@gmail.com
cel: 55 54 16 29 47





Institución CONFE a Favor de la Persona con Discapacidad Intelectual I.A.P.

Biznaga 43, Col. Las Palmas, Álvaro Obregón,
C.P. 01110, CDMX. Tel. 55 6732 6600



Conoce más



WWW.CONFE.ORG