

Semplicemente inclusivi: In mezzo a noi; così dev'essere

I dati attuali dell'Ufficio federale di statistica parlano chiaro: stando alle stime, in Svizzera vivono 1,7 milioni di persone con disabilità. Ossia una persona su cinque in rapporto alla popolazione nazionale, che si prevede supererà nel 2023 la soglia dei 9 milioni.



Foto: PluSport

Anche in questo caso si pone la domanda: quali sono le cifre effettive? Chi rientra in questo computo e chi no?

Dallo spettro dell'autismo

Non è un segreto che oggi molti casi di disturbi dello spettro autistico (ASD) non siano ancora diagnosticati da un punto di vista medico. Nella generazione dei boomer e dei loro genitori, spesso le persone che oggi rientrano nello spettro autistico venivano etichettate come «speciali» o «strane». Il termine ASD è stato definito perché non si tratta di una menomazione cognitiva. Fino alla fine degli anni 1990, si distinguevano soltanto le due forme Asperger e autismo infantile, che venivano classificate come disabilità mentale. Stando all'ICD (cfr. riquadro), l'autismo fa parte dei disturbi dello sviluppo profondo. Nel frattempo, si parla sempre più spesso di **«neurodiversità»** (in tedesco) e di «persone neurodivergenti».

Lo stereotipo «Zappel-Philipp»

Attualmente in Svizzera, sono molto frequenti negli adulti le diagnosi di ADS o ADHD. Si potrebbe quasi parlare di una tendenza. In realtà, ciò è dovuto a presupposti scientifici oggi smentiti e a una mancanza di educazione negli ultimi decenni.

Lo stereotipo «Zappel-Philipp» o bambino irrequieto è noto ai più. Un termine utilizzato per descrivere soprattutto i bambini che non riescono o riescono difficilmente a stare fermi. Ma pochi sanno come si manifesta l'ADHD in molte ragazze e donne. A questo proposito, ad esempio sul sito di [EnableMe](#) (in tedesco), la piattaforma della Fondazione MyHandicap, si possono leggere interessanti articoli (d).

Un ulteriore gruppo target

Per ottenere il numero totale di persone all'interno della popolazione svizzera che hanno difficoltà nelle situazioni quotidiane dovute al loro modo di essere, bisognerebbe aggiungere tutte le persone con una diagnosi di ADS e ADHD. Senza dimenticare il gruppo target più recente di PluSport: le persone con disabilità psichiche.

Un esercizio di sport mentale: qual è la percentuale ufficiosa della popolazione svizzera che viene pregiudicata dal nostro sistema e dalla nostra società? Trattandosi di cifre non ufficiali, la presunta risposta dovrebbe perlomeno far riflettere.

A prescindere, i seguenti input dovrebbero aiutare ad abbattere le barriere e a relazionarsi in modo più spontaneo con le persone con disabilità.

Input: agire in modo inclusivo, ma come?

- Ciò che contraddistingue una persona, oltre alle sue caratteristiche fisiche o cognitive, sono soprattutto la sua personalità, il suo modo di pensare, percepire e agire. Perciò, una persona va definita in base a questi criteri, e non al suo deficit. Poiché la maggior parte delle persone deve convivere, prima o poi deve convivere con dei limiti, almeno a volte.
- Salutare con una stretta di mano, anche se la persona con cui si sta parlando non ha mani/braccia, ha una protesi o un controllo ridotto degli arti superiori. Sarà lei a far capire cosa fare.
- Evitare di fornire un aiuto non richiesto. La persona chiederà aiuto di sua spontanea volontà. Aspettare quindi indicazioni concrete. Ciò che a prima vista sembra giusto, non è necessariamente ciò di cui ha bisogno chi ci sta di fronte. Se non vengono date istruzioni, si può chiedere. Questo va bene.
- Rimanere rilassati: non essere iperprotettivi nei confronti di chi ha una disabilità. Si tratta di una persona, non di un oggetto di cristallo. Interloquire come con qualsiasi altra persona.
- Rivolgersi al diretto interessato, non a chi la accompagna.
- Parlare in modo del tutto normale. Di solito non è necessario accentuare eccessivamente o parlare a voce molto più alta, a meno che non venga richiesto esplicitamente (niente baby talk).
- Rimanere sé stessi. Non evitare l'uso di parole che potrebbero essere in contrasto con la disabilità del proprio interlocutore. Si può benissimo dire a una persona in sedia a rotelle «Sei proprio in gamba» o a una persona ipovedente «Ci vediamo».
- Determinati tipi di disabilità comportano problemi linguistici, ad es. la paralisi spastica o la sordità. Bisogna essere pazienti con il nostro interlocutore se ha bisogno di più tempo per rispondere. È una condizione data dalla limitazione fisica e non significa che questa

persona sia limitata nella sua capacità di pensiero.

- Il pietismo è fuori luogo: le persone con disabilità non si definiscono in base alle loro limitazioni e non sono necessariamente infelici o malate.

Per saperne di più

- [Consigli per gli incontri con persone in carrozzina](#) | Gruppo Svizzero Paraplegici

Classificazione ICD e ICF

La classificazione ICD è una ripartizione statistica internazionale delle malattie e dei problemi di salute correlati. I codici ICD sono stati creati anche per strutturare e denominare in modo unitario le diagnosi e i trattamenti medici. La Classificazione Internazionale del Funzionamento, della Disabilità e della Salute (Classification of Functioning, Disability and Health – ICF) codifica le componenti del funzionamento: funzioni corporee, strutture corporee, attività e partecipazione nonché fattori ambientali.

Informazioni

- [Indice sistematico](#) | Ufficio federale di statistica
- [ICF-classification](#) | REHADAT-ICF-Lotse (inglese)

Fonte: Daniela Loosli, Reto Planzer; settore Inclusione, PluSport Sport Andicap Svizzera



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Ufficio federale dello sport UFSPO