

CARTILHA EDUCATIVA

CAPACITISMO

Quebrando barreiras, construindo respeito.





UNIVERSIDADE FEDERAL RURAL DA AMAZÔNIA
PRÓ-REITORIA DE EXTENSÃO
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA
INSTITUTO CIBERESPACIAL
CAMPUS BELÉM

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Rede de Bibliotecas da Universidade Federal Rural da Amazônia
Elaborado pela Bibliotecária Ana Cristina Gomes Santos CRB2-1055

S 244c Sardinha, Ana Paula de Andrade

Capacitismo: quebrando barreiras, contruindo respeito. / Ana Paula de Andrade Sardinha; Danilo André de Oliveira Braga; Kayque Ruan Silva da Silva; Marcos Vinicius Moraes de Souza; Maria Eduarda Cardos da Silva; Mariana Lima Vieira; Vitória Coelho Melo; Yasmin Castro Rodrigues. – Belém: UFRA/ICIBE, 2026.

15 f. : il. color.

Universidade Federal Rural da Amazônia. Instituto Ciberespacial

1. Capacitismo - Cartilha 2. Preconceito 3. Discriminação I. Sardinha, Ana Paula de Andrade II. Braga, Danilo André de Oliveira III. Silva, Kayque Ruan Silva da IV. Souza, Marcos Vinicius Moraes de V. Silva, Maria Eduarda Cardos da VI. Vieira, Mariana Lima VII. Melo, Vitória Coelho VIII. Rodrigues, Yasmin Castro IX. Título.


CDD – 305.908



CAPACITISMO

Quebrando barreiras, construindo
respeito.

Ana Paula De Andrade Sardinha
Danilo André de Oliveira Braga
Kayque Ruan Silva da Silva
Marcos Vinicius Moraes de Souza
Maria Eduarda Cardoso da Silva
Mariana Lima Vieira
Vitória Coelho Melo
Yasmin Castro Rodrigues





SUMÁRIO

- ✓ **04** Apresentação ao leitor
- ✓ **05** De onde vem o capacitismo?
- ✓ **06** O que é o Capacitismo?
- ✓ **07** Tipos de capacitismo
- ✓ **08** Práticas capacitistas
- ✓ **09** Práticas anticapacitistas
- ✓ **10** Indicações culturais
- ✓ **11** Indicações culturais
- ✓ **12** Referências
- ✓ **13** QR code



Apresentação ao leitor

Caro leitor, este trabalho sucedeu-se em virtude da urgência da discussão sobre o capacitismo, pois embora o acesso à informação, hodiernamente, seja relativamente possível, ainda há a repercussão de práticas discriminatórias e excludentes com pessoas com deficiência.

Defronte isso, a presente cartilha tem por objetivo elucidar-te de modo informativo, objetivo e claro acerca das perspectivas do capacitismo, bem como, sobre ações anticapacitistas e ao final indicar-te produções culturais que abarcam as temáticas supracitadas para teu melhor entendimento.

Essa cartilha trata-se de um material educativo para alunos, professores, e aqueles que almejam compreender o tema, organizado pelos discentes do 2º semestre do Curso de Licenciatura em Letras Português da Universidade Federal Rural da Amazônia como atividade da disciplina de Educação Especial e Inclusiva sob orientação da Professora Dra. Ana Paula de Andrade Sardinha.

De onde vem o capacitismo?

O capacitismo não surgiu do nada, ele foi construído ao longo da história. Antigamente, a sociedade passou a olhar para o corpo humano como se ele fosse uma máquina que precisasse funcionar perfeitamente para ser útil.

- A invenção do "Normal": Com o avanço da medicina no século XIX, criou-se a ideia de um "corpo padrão" ou "normal". Quem não se encaixava nessa média era rotulado como "anormal" ou "inválido", sendo afastado do convívio social.
- O corpo que produz: Durante a Revolução Industrial, o valor de uma pessoa passou a ser medido pelo quanto ela conseguia produzir fisicamente nas fábricas. Corpos com deficiência, por não seguirem esse ritmo industrial, foram injustamente marcados como "incapazes" ou "doentes".



Por que isso importa hoje?

Essa visão antiga ainda está enraizada em nossa cultura. Quando duvidamos da capacidade de alguém ou tratamos a deficiência como uma "doença", estamos apenas repetindo esses preconceitos do passado. Entender essa história é o primeiro passo para deixarmos de focar no "conserto" do corpo e passarmos a focar na eliminação das barreiras da nossa sociedade.



O que é o Capacitismo?

- O capacitismo trata-se de discriminar e oprimir o indivíduo que apresenta algum tipo de deficiência. É também o ato de duvidar da sua capacidade de responder por si próprio/a.
- Desumanizar a pessoa com deficiência, fazendo-a sentir-se menos capaz, diminuir ou anular suas habilidades, capacidades nos mais variados espaços do convívio social, além de constituir uma prática capacitista, também demonstra o enraizamento de estereótipos, achismos sobre as características de uma pessoa.





Tipos de capacitismo:

- Capacitismo institucional: desacreditar da capacidade de uma pessoa com deficiência, falta de interesse das instituições em promover uma inclusão efetiva;
- Capacitismo médico: associação da deficiência à doença;
- Capacitismo recreativo: linguagem pejorativa;





Práticas capacitistas

A violência pode deixar marcas profundas, as quais nem sempre são visíveis. O capacitismo enquadra-se nesse âmbito da violência, uma vez que reproduz não só a agressão física perante pessoas com deficiência, mas também a agressão psicológica. Sob este bojo, algumas das ações tidas como problemáticas são:

- violência física, como bater, espancar, morder etc;
- violência psicológica, como piadas, discursos com o intuito de humilhar e ofender;
- questionar a capacidade de uma pessoa com deficiência





Práticas Anticapacitistas

"Já fui maltratada tantas vezes que, quando encontro alguém pela primeira vez, já fico meio que na defensiva. Um olhar diz muita coisa assim como um gesto. E podem machucar muito. É cruel, desafiador e até um pouco assustador às vezes. Mas quando os olhares se transformam em atitudes e falatórios, sentimos na pele o que o preconceito pode fazer." (Maia, 2023)

Praticar o anticapacitismo é um exercício constante de desconstrução de preconceitos e barreiras. Exemplos de atitudes que promovem essa mudança são:

- evitar o uso de vocábulos inadequados, como "portador", "especial" "retardado", tais palavras evocam o preconceito;
- abster-se do emprego de expressões, como "superou a deficiência", "apesar da deficiência", "venceu a deficiência", pois reforçam a ideia de que a deficiência é um problema, quando é uma condição ou característica
- perguntar se precisam de ajuda, pois nem sempre as pessoas com deficiência precisam de ajuda.



Indicações culturais para entender melhor:

filmes:



"Intocáveis":

disponível no prime vídeo, retrata a relação entre um homem tetraplégico e seu cuidador, um jovem de origem humilde e ex presidiário. O filme mostra como suas diferenças sociais se dissolvem para criar uma conexão baseada em empatia, mostrando a importância de enxergar além das deficiências físicas e barreiras sociais.



"milagre da cela 07" (2019):

Drama turco que denuncia o capacitismo e o preconceito social ao retratar Memo, um pai com deficiência intelectual acusado injustamente de um crime. A obra expõe como a sociedade e o sistema judiciário rotulam, desumanizam e condenam indivíduos vulneráveis, destacando a falta de empatia e a sede de vingança.



"Como Estrelas na Terra:

Um filme que conta a história de Ishaan, um menino de 9 anos com dislexia que é incompreendido por pais e professores, que o veem como preguiçoso e indisciplinado, até que um professor de arte sensível identifica sua condição e o ajuda a desenvolver seu potencial, mostrando a importância da empatia, do apoio individualizado e da educação inclusiva.

Livros:



"Guia Anticapacitista" - Ivan Baron:

O livro reúne depoimentos pessoais, dados estatísticos e estratégias concretas para desafiar e dismantelar o capacitismo. Ele ressalta a importância de reconhecer os próprios preconceitos e trabalhar ativamente para superá-los.



"Draguinho: Diferente de todos, parecido com ninguém"- Claudio Galperin (Literatura Infantojuvenil):

Aborda, de forma sensível e simbólica, a temática da diferença e da construção da identidade. Ao retratar um personagem que não corresponde às expectativas do grupo, a narrativa suscita reflexões sobre pertencimento, respeito e valorização das singularidades, constituindo-se como importante recurso pedagógico para a promoção de práticas educativas inclusivas.



"Capacitismo: Que Bicho é Esse?" Antonio Silva:

O livro trata do tema de forma leve e descontraída, mas sem deixar de trazer aspectos técnicos e teóricos acerca do assunto, assim como formas e práticas de combatê-lo



REFERÊNCIAS

LAGE, Sandra Regina Moitinho; LUNARDELLI, Rosane Suely Alvares; KAWAKAMI, Tatiana Tissa. O capacitismo e suas formas de opressão nas ações do dia a dia. Revista Educação & Ensino, Florianópolis, v. 28, 2023. Disponível em: <<https://www.scielo.br/i/eb/a/HSy9D6BjLP6P9Gv3mtBvVyn/>>. Acesso em: 23 jan. 2025

MAIA, Júlia de Souza. No limite do equilíbrio: desconstrução do capacitismo. Brasília: Centro Universitário de Brasília, Faculdade de Ciências da Educação e Saúde, 2023.

BRASIL. Tribunal de Justiça do Estado de São Paulo. Cartilha Combata o Capacitismo São Paulo: Tribunal de Justiça do Estado de São Paulo, 2023. Disponível em: <<https://www.tjsp.jus.br/Download/Acessibilidade/Cartilha-Combata-o-Capacitismo.pdf>>. Acesso em: 23 jan. 2025

Kastrup. V. & Pozzana. L. (2020). Encontros com a deficiência na universidade: deslocando o capacitismo em oficinas de formação inventiva. Mnemosine, 16(1).

RICO, Rosi. 5 Livros para entender mais sobre capacitismo. Diversa, 2024. Disponível em <https://diversa.org.br/noticias/5-livros-para-entender-mais-sobre-capacitismo/> Acesso em: 25 fev. 2026

LUTA das pessoas com deficiência: 6 filmes que pregam a inclusão. Portal Acadêmico I Biblioteca, 2020. Disponível em: https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.ung.br/noticias/luta-da-pessoa-com-deficiencia-6-filmes-que-pregam-inclusao&ved=2ahUKEwjnrTtfWSAxUNLbkGHQ_CAMcQFnoECE0QAQ&sig=2&usq=AOv Vaw05K_B94oP-T9iX5AoZZgJa Acesso em: 25 fev. 2026



QR code

Falando sobre o capacitismo: uma playlist no YouTube com trailers de filmes e resenhas de livros.





@projetoinclusaoufra

