



# Resumen en lectura fácil de las conferencias de las jornadas científicas del INICO.

---

**Año:** 2025

**Versión en Lectura Fácil hecha por:**

Red de accesibilidad cognitiva  
de Plena inclusión

Con la colaboración de:



POR SOLIDARIDAD  
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL



Este documento es un resumen  
de las conferencias que se presentan  
en las jornadas científicas  
del INICO.

Una conferencia es una charla  
sobre un tema.  
Esta charla la hacen  
personas expertas en ese tema.

INICO son las letras  
con las que llamamos al Instituto  
Universitario de Integración en la Comunidad.

Es un centro que hace estudios e investigación  
sobre diferentes grupos de personas  
en especial sobre las personas con discapacidad.

Este documento tiene 6 resúmenes  
de 6 conferencias.

En cada resumen hay:

- Palabras importantes que debes conocer  
antes de leer el resumen.
- Presentación de la autora o el autor.
- Resumen del artículo.

Este documento lo ha hecho  
La red de accesibilidad cognitiva  
de Plena inclusión.

Está escrito y publicado  
siguiendo la Norma UNE 153101:2018 EX  
de Lectura Fácil.

La norma UNE 153101:2018 EX  
es una norma oficial que dice  
cómo tiene que ser un documento  
para que esté en lectura fácil.



© Logo lectura fácil propiedad de Inclusion Europe.  
Más información en <https://www.inclusion-europe.eu/>

El documento está validado  
por un equipo de profesionales  
con discapacidad intelectual y del desarrollo.

En este documento te puedes encontrar  
con palabras difíciles de entender  
que están marcadas en **negrita**  
y en **naranja**.

Esto significa que puedes encontrar  
la definición de esas palabras  
en una **glosa**  
o dentro del propio texto.

### Glosa

Es una explicación  
de una palabra que  
es difícil de  
entender.

La glosa se pone al  
lado del texto dónde  
está la palabra.

## Índice

**Construyendo una sociedad más inclusiva** ..... 6

Autor: Robert L. Schalock

**La construcción de una sociedad inclusiva** ..... 14

Autor: Miguel Ángel Verdugo Alonso

**Analizar el contexto para mejorar los resultados:  
investigación y buenas prácticas** ..... 21

Autora: Karrie A. Shogren

**Acompañar a las personas con discapacidad intelectual  
hacia una vida de calidad** ..... 28

Autora: Ana Carratalá Marco

**Neuroinflamación crónica  
y disfunción inmunitaria en el Síndrome de Down** ..... 37

Autor: José Flórez Beledo

**La importancia de las habilidades de pensamiento crítico,  
de la responsabilidad profesional  
y del desarrollo de oportunidades  
en la carrera profesional** ..... 44

Autor: Robert L. Schalock

# Construyendo una sociedad más inclusiva

---

**Autor:** Robert L. Schalock

## Palabras que debes conocer

---

Te recomendamos conocer estas palabras para entender este artículo:

- **Entorno inclusivo**

Un entorno inclusivo es el que asegura que todas las personas tienen las mismas oportunidades de participar en él.

Eso debe ser así aunque las personas tengan diferentes necesidades. Por ejemplo: personas con y sin discapacidad. También le podemos llamar contexto inclusivo.

Un entorno o un contexto no es inclusivo cuando solo hay personas de un colectivo. Por ejemplo: solo personas mayores o solo personas con discapacidad intelectual.

- **Inclusión**

Ocurre cuando las personas con discapacidad pueden participar en cualquier actividad en igualdad de oportunidades.

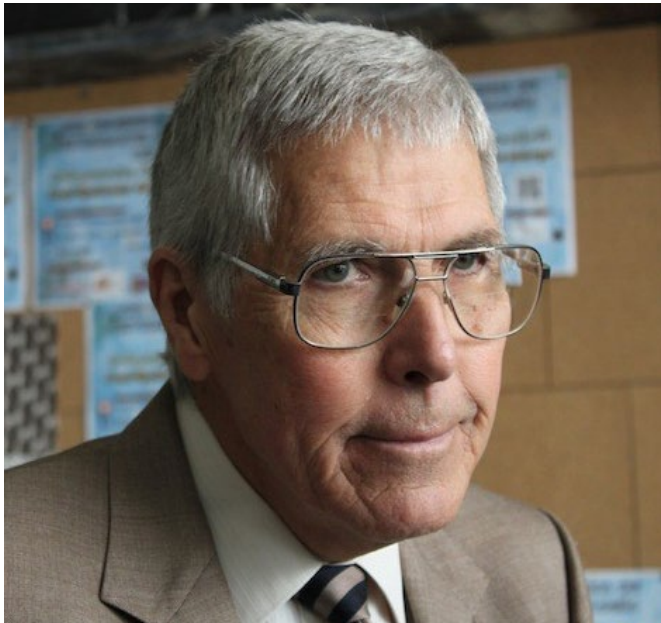
Por ejemplo:

- Colegios en los que las niñas y los niños aprenden en la misma clase.  
Sin importar su discapacidad.  
Cada estudiante recibe el apoyo que necesita.
- Trabajos en los que hay personas con y sin discapacidad.  
Cada persona aporta sus talentos y recibe los apoyos que necesita.

La inclusión es la mejor forma de tratar a las personas con discapacidad.

## El autor

---



El autor de este **artículo**  
se llama Robert L. Schalock.  
El autor es la persona  
que ha escrito el texto.

Es un científico que trabaja  
para mejorar la vida  
de las personas con discapacidad.

Ha escrito muchos libros y artículos.  
Es **Doctor Honoris Causa**  
por la Universidad de Salamanca.

### Artículo

Es un texto  
que escribe  
una persona  
sobre un tema.

### Doctor Honoris Causa

Reconocimiento  
que da la Universidad  
a una persona  
por su trabajo.

También es **profesor emérito**  
en el Hastings College,  
que está en Estados Unidos.

Schalock también trabaja  
como **consultor**  
y es profesor en otras universidades  
del mundo.

Su dirección de correo electrónico  
es [rschalock@centurylink.net](mailto:rschalock@centurylink.net)

### Profesor emérito

Es un profesor  
que ha trabajado  
durante muchos años  
en la universidad.

Aunque  
ya esté jubilado,  
sigue ayudando  
con su experiencia.

### Consultor

Persona experta  
que ayuda  
a otras personas,  
grupos o empresas  
a tomar buenas  
decisiones.

Por ejemplo,  
ayuda a planificar  
proyectos y a evaluar  
si estos proyectos  
funcionan bien.

## Resumen

---

El artículo explica  
la forma de construir  
sociedades inclusivas  
con las personas con discapacidad.

Las sociedades inclusivas  
son las que permiten formar parte  
a todas las personas.

El autor del artículo  
ha leído muchos libros y documentos  
sobre las sociedades inclusivas  
para las personas con discapacidad.

Para desarrollar estas sociedades inclusivas  
Robert L. Schalock propone  
3 acciones.

## Acciones para construir sociedades inclusivas:

- Elegir bien las razones por las que se toman las decisiones sobre la forma de construir las sociedades inclusivas.
- Construir una sociedad que ayuda y orienta a las personas para ser más inclusivas.
- Hacer los cambios necesarios para que la sociedad mejore en todos sus niveles.

Este cambio tiene que ser grande y mantenerse en el tiempo.

Una de las ideas más importantes es que hay que hacer cambios para poder construir estas sociedades.

Estos cambios tienen que hacerse poco a poco y con la colaboración de las personas y organizaciones que son parte de la sociedad.

El artículo dice  
que esta es la mejor forma  
de hacer cambios que incluyen:

- La manera de actuar y los comportamientos de las personas de esa sociedad.
- Las leyes de la sociedad.
- Los planes del Estado para los habitantes.
- Y las instituciones.

Una institución es una entidad pública que trabaja en un tema en concreto.

Por ejemplo

el Ministerio de agricultura es una institución que trabaja en los temas relacionados con la agricultura.

# La construcción de una sociedad inclusiva

---

**Autor:** Miguel Ángel Verdugo Alonso

## Palabras que debes conocer

---

Te recomendamos conocer estas palabras para entender este artículo:

- **Entorno inclusivo**

Un entorno inclusivo es el que asegura que todas las personas tienen las mismas oportunidades de participar en él.

Eso debe ser así aunque las personas tengan diferentes necesidades. Por ejemplo: personas con y sin discapacidad. También le podemos llamar contexto inclusivo.

Un entorno o un contexto no es inclusivo cuando solo hay personas de un colectivo. Por ejemplo: solo personas mayores o solo personas con discapacidad intelectual.

- **Inclusión**

Ocurre cuando las personas con discapacidad pueden participar en cualquier actividad en igualdad de oportunidades.

Por ejemplo:

- Colegios en los que las niñas y los niños aprenden en la misma clase.  
Sin importar su discapacidad.  
Cada estudiante recibe el apoyo que necesita.
- Trabajos en los que hay personas con y sin discapacidad.  
Cada persona aporta sus talentos y recibe los apoyos que necesita.

La inclusión es la mejor forma de tratar a las personas con discapacidad.

- **Modelos de la discapacidad**

Son formas de entender la discapacidad.  
Hay libros que hablan de hasta 5 modelos de discapacidad.

## El autor

---



El autor de este artículo  
se llama Miguel Ángel Verdugo Alonso.  
El autor es la persona  
que ha escrito el texto.

Miguel Ángel Verdugo  
ha escrito muchos libros  
y artículos.

Es **Catedrático** de Psicología  
de la Discapacidad  
de la Universidad de Salamanca.

### Catedrático

Es el puesto más alto  
en la Universidad.

Un catedrático  
es la persona  
encargada  
de enseñar un tema  
en particular.

También se encarga  
de investigar  
sobre ese tema  
y ayudar  
a otros profesores  
y estudiantes.

También es director de:

- El INICO.
- El Servicio de Información sobre Discapacidad.
- Y la revista Siglo Cero.

Su dirección de correo electrónico es [verdugo@usal.es](mailto:verdugo@usal.es)

## Resumen

---

El artículo explica el modelo de calidad de vida y apoyos para las personas con discapacidad.

Este modelo es una teoría que propone Schalock y Verdugo, 2 investigadores.

El artículo dice que el modelo de calidad de vida es la forma de organizar el cambio de las sociedades para que se respeten los derechos de las personas con discapacidad en igualdad, **justicia social** y participación.

El artículo explica los modelos anteriores que seguían las organizaciones que apoyan a las personas con discapacidad.

### Justicia social

Hablamos de justicia social cuando una sociedad da las mismas oportunidades a todas las personas.

También explica los cambios necesarios para que la sociedad sea inclusiva.

El artículo hace propuestas para mejorar la sociedad y la inclusión de las personas con discapacidad.

Por ejemplo:

- Utilizar la expresión discapacidades intelectuales y del desarrollo para incluir a todas las personas que tienen una discapacidad que causa problemas de comprensión.
- Organizar todas las propuestas de una forma ordenada y razonable para mejorar la vida de las personas con discapacidades intelectuales y del desarrollo.

## **Analizar el contexto para mejorar los resultados: investigación y buenas prácticas**

---

**Autora:** Karrie A. Shogren

## Palabras que debes conocer

---

Te recomendamos conocer estas palabras para entender este artículo:

- **Buenas prácticas**

Son las acciones positivas que han tenido buenos resultados para unas personas y que se espera que tengan resultados iguales para otras personas en situaciones parecidas.

- **Contexto**

Es el conjunto de situaciones en las que ocurre un hecho o que tienen que ver con la vida de una persona.

- **Investigación**

Una investigación consiste en intentar averiguar o conocer al detalle un tema.

- **Resultados personales**

Son los **logros**  
que consigue una persona.

También son las **consecuencias**  
que afectan a una persona.

- **Sistemas de apoyo**

Son las ayudas y servicios  
que sirven  
a las personas con discapacidad  
para tomar decisiones,  
hacer las actividades del día a día  
y tener una vida **independiente**.

### Logro

Es un resultado bueno  
que conseguimos,  
un éxito.

### Consecuencia

Es un hecho  
que es el resultado  
de otro.

### Independiente

Libre, que es autónomo  
y no depende de nada  
ni de nadie.

## La autora

---



La autora de este artículo se llama Karrie A. Shogren.

La autora es la persona que ha escrito el texto. También ha escrito e investigado mucho sobre autodeterminación y toma de decisiones con apoyo.

Ella es profesora de la Universidad de Kansas, que está en Estados Unidos.

En la Universidad de Kansas

hace varias cosas.

Por ejemplo:

- Es directora del Centro de Discapacidades del Desarrollo.
- Es la científica principal del Instituto Schiefelbusch Life Span.
- Es profesora destacada en el Departamento de Educación Especial.

Su dirección de correo electrónico

es [shogren@ku.edu](mailto:shogren@ku.edu)

## Resumen

---

El contexto es importante para las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo.

Además, el contexto es importante para hacer y entender los sistemas de apoyo.

Pero no hay acuerdo común sobre el contexto y sobre cómo hacer que impulse cambios para las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo.

Los investigadores y las investigadoras han trabajado mucho para:

- Definir el contexto.
- Impulsar cambios.
- Definir **métodos**.
- Reconocer sus **dimensiones**.

### Método

Es la forma de hacer algo, por ejemplo, estudiar o investigar.

### Dimensión

Es un aspecto de algo.

En este artículo,  
tienes una **visión general**  
del trabajo de los investigadores  
y de las investigadoras  
sobre el contexto.

El artículo  
cuenta que el contexto  
tiene muchos **factores**  
y muchos niveles.

Además,  
podemos entenderlo  
de diferentes maneras.

Conocer el contexto  
puede servir para tener  
un modelo de **trabajo de campo**  
que mejora los resultados personales.

El artículo también trata  
cómo crear una ciudadanía compartida  
que nos permite obtener  
cambios personales  
y cambios en el sistema.

### Visión general

Es un resumen  
de los aspectos  
más importantes  
de un tema.

### Factor

Es una cosa  
o situación  
que ayuda,  
junto a otras,  
a conseguir algo.

### Trabajo de campo

Es la investigación  
para obtener datos  
de forma directa  
de las fuentes  
de información,  
como el lugar  
en el que viven  
las personas  
que estudian  
los investigadores.

# Acompañar a las personas con discapacidad intelectual hacia una vida de calidad

---

**Autora:** Ana Carratalá Marco

## Palabras que debes conocer

---

Te recomendamos conocer estas palabras para entender este artículo:

- **Felicidad**

La felicidad es sentirse bien con la vida.

Cada persona tiene su propia idea de lo que la hace feliz.

Por ejemplo:

pasar tiempo con la familia,  
hacer lo que le gusta  
o lograr sus objetivos.

- **Dignidad**

La dignidad es el valor que tiene cada persona, por el simple hecho de ser persona.

Respetar la dignidad es tratar a las personas con respeto, reconocer que son importantes y que tienen derecho a decidir sobre su vida.

- **Proyectos de vida buena**

Un proyecto de vida buena es el plan que cada persona hace para vivir como quiere.

Por ejemplo:

decidir dónde vivir,

qué trabajo tener

o cómo pasar su tiempo libre.

- **Apoyos**

Los apoyos son las ayudas que las personas necesitan para hacer lo que quieren o para vivir mejor.

Pueden ser:

- Personas,  
como familia,  
los amigos y amigas  
o profesionales.
- Herramientas,  
como una silla de ruedas.
- Cambios en los lugares,  
como rampas en los edificios.

- **Oportunidades**

Las oportunidades son las posibilidades que tiene una persona para hacer cosas o mejorar su vida.

Por ejemplo:

poder estudiar,

trabajar

o participar en actividades.

Tener oportunidades es muy importante para alcanzar la felicidad.

- **Calidad de vida**

Es tener una buena vida y que sea la vida que tú quieres.

Por ejemplo:

tener trabajo,

participar en una asociación

y vivir con las personas que quieres.

El objetivo de muchas organizaciones de la discapacidad es que las personas y sus familias tengan una buena calidad de vida.

## La autora

---



La autora de este artículo se llama Ana Carratalá Marco.

Ana Carratalá estudió medicina en la Universidad de Alicante.

Tiene un **máster** en consultoría y gestión de procesos de desarrollo organizativo, y un título de experta en gestión de procesos organizativos de la Universidad de Valladolid.

También hizo un curso para directoras de servicios sociales.

### Máster

Formación que sirve para especializarse en un tema.

Los másteres duran 1 o 2 años y al terminar se consigue un título oficial.

Ana Carratalá dirige  
el Centro San Rafael  
de Alicante.

Este centro pertenece  
a la Fundación San Francisco de Borja  
y trabaja con personas  
con discapacidad intelectual.

Forma parte del Comité de Ética  
de Plena inclusión.

También trabaja como formadora  
y consultora en procesos de planificación  
centrada en la persona.

También da formación sobre ética aplicada  
al campo de la discapacidad intelectual.

Ha escrito varias publicaciones  
sobre temas como:

- La discapacidad intelectual.
- Los procesos centrados en la persona.
- La ética y la discapacidad.

Su dirección de correo electrónico  
es [ana@csanrafael.org](mailto:ana@csanrafael.org)

## Resumen del artículo

---

Todas las personas,  
también las personas con discapacidad intelectual  
y del desarrollo,  
queremos ser felices.

Pero las personas con discapacidad  
tienen menos oportunidades  
para conseguirlo.

Es muy importante descubrir  
qué hace feliz a cada persona  
y apoyarla para que lo logre.

Esto es importante para las familias  
y para los profesionales y las profesionales  
que trabajan con estas personas.

### **¿Qué significa ser feliz?**

Saber qué hace feliz a una persona  
no es fácil.

Para ser felices  
necesitamos valorarnos a nosotros mismos  
y creer que merecemos una vida buena.

Si una persona tiene baja autoestima,  
es decir, si no se valora,  
le será más difícil buscar la felicidad.

Lo primero que hay que hacer  
es reconocer la dignidad de cada persona.  
Esto significa respetarla  
y valorar quién es.

También es importante escuchar a la persona  
y no imponer lo que nosotros creemos  
que es bueno para ella.  
Cada persona tiene su propia idea de felicidad.  
Nuestro papel es ayudarla  
a descubrir qué quiere  
y apoyarla para que lo consiga  
con autonomía.

### **Cómo apoyar la felicidad**

El modelo de Calidad de Vida y Apoyos  
ayuda mucho en esta tarea.

Este modelo nos permite:

- Ver a la persona de manera global,  
teniendo en cuenta todas las áreas de su vida.
- Identificar qué apoyos necesita para mejorar.
- Evaluar si esos apoyos están funcionando bien.

La Planificación Centrada en la Persona  
es una forma de trabajar  
que se enfoca en cada persona.

Con esta metodología  
se ayuda a entender qué significa  
la felicidad para cada persona.

También se busca que esta felicidad sea posible  
en compañía de otras personas  
y dentro de su comunidad.

En resumen,  
apoyar la felicidad de cada persona  
es escuchar,  
respetar  
y valorar su forma de vivir.

De esta manera  
las personas pueden saber  
qué es para ellas la vida buena  
y disfrutarla.

## **Neuroinflamación crónica y disfunción inmunitaria en el Síndrome de Down**

---

**Autor:** Jesús Flórez Beledo

## Palabras que debes conocer

---

Te recomendamos conocer estas palabras para entender este documento:

- **Disfunción inmunitaria:**

enfermedad que afecta al conjunto de células y órganos que hacen que no nos pongamos enfermos.

Una célula es la parte más pequeña de un ser vivo.

Por ejemplo: las neuronas.

- **Enfermedades autoinmunes:**

enfermedades que atacan a las células sanas de nuestro cuerpo.

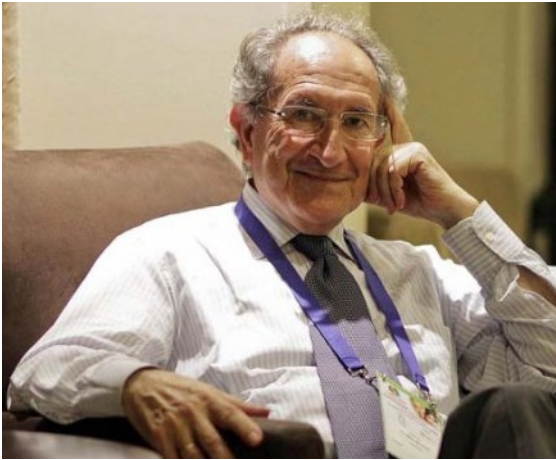
- **Neuroinflamación crónica:**

enfermedad que afecta al cerebro por culpa de las sustancias del medio ambiente, comida poco saludable y factores de estrés.

- **Problemas patológicos:**  
síntomas de una enfermedad.
  
- **Trastorno de regresión:**  
trastorno que afecta a la memoria  
de una persona.  
Es decir, cuando una persona olvida  
lo que había aprendido.

## El autor

---



El autor de este artículo se llama Jesús Flórez Beledo.

El autor es la persona que ha escrito el texto.

Jesús es doctor de medicina y **cirugía** de la Universidad de Cantabria.

También es doctor en **farmacología** por la Universidad Dartmouth College de Estados Unidos.

Es director de la Fundación Iberoamericana Down21.

### Cirugía

Es una parte de la medicina que trata problemas de salud haciendo operaciones.

Cuando una persona tiene una enfermedad o un accidente grave, los médicos y médicas abren su cuerpo para curarlo o arreglar algo que no funciona bien.

### Farmacología

Es el estudio de las medicinas.

Esta ciencia se encarga de entender cómo funcionan, para qué sirven y cómo afectan al cuerpo las medicinas.

Jesús Flórez Bledo ha ganado varios premios por su trabajo. Por ejemplo la medalla de oro de la Cruz Roja Española.

Su correo electrónico es:

[jesus.florez@unican.es](mailto:jesus.florez@unican.es)

## Resumen

---

El objetivo de este artículo es analizar las **bases biológicas** que encontramos en 2 síntomas que afectan a la salud física y mental de las personas con síndrome de Down.

### Bases biológicas

Tiene relación con el comportamiento de las personas y sus genes.

Estos síntomas son:

- La disfunción inmunitaria.
- El trastorno de regresión.

La disfunción inmunitaria provoca infecciones respiratorias y enfermedades autoinmunes en las personas con síndrome de Down.

El trastorno de regresión tiene relación con la neuroinflamación crónica y con los elementos o situaciones que causan estrés a las personas con síndrome de Down.

Se analizan las causas  
por las que aparecen  
la disfunción inmunitaria  
y el trastorno de regresión.

Estas causas pueden venir  
de los 3 **cromosomas** del par 21  
que tienen las personas  
con Síndrome de Down.

En general, las células de las personas  
tienen 46 cromosomas  
que se unen en parejas.  
Entonces, las personas tienen 23 pares  
de cromosomas en sus células.

Las personas con síndrome de Down  
tienen un cambio en sus cromosomas.  
Tienen un cromosoma más en el par 21,  
es decir, tienen 3 cromosomas en el par 21.  
Por eso el síndrome de Down  
también se conoce como Trisomía 21.

## Cromosoma

Son hilos muy pequeños  
que están dentro  
de las células.

Los cromosomas  
guardan la información  
de cómo somos.  
Por ejemplo:  
el color de pelo  
o de ojos.

# La importancia de las habilidades de pensamiento crítico, de la responsabilidad profesional y del desarrollo de oportunidades en la carrera profesional

---

**Autor:** Robert L. Schalock

## Palabras que debes conocer

---

Te recomendamos conocer estas palabras para entender este artículo:

- **Pensamiento crítico.**

Capacidad de analizar la información que recibimos.

- **Evidencia.**

Prueba o seguridad que tiene una persona de que algo es cierto.

- **Paradigma.**

Teoría o forma de pensar que explica un tema.

## El autor

---



El autor de este artículo  
se llama Robert L. Schalock.  
El autor es la persona  
que ha escrito el texto.

Es un científico que trabaja  
para mejorar la vida  
de las personas con discapacidad.

Ha escrito muchos libros y artículos.  
Es **Doctor Honoris Causa**  
por la Universidad de Salamanca.

### **Doctor Honoris Causa**

Reconocimiento  
que da la Universidad  
a una persona  
por su trabajo.

También es **profesor emérito**  
en el Hastings College,  
que está en Estados Unidos.

Schalock también trabaja  
como **consultor**  
y es profesor en otras universidades  
del mundo.

Su dirección de correo electrónico  
es [rschalock@centurylink.net](mailto:rschalock@centurylink.net)

### Profesor emérito

Es un profesor  
que ha trabajado  
durante muchos años  
en la universidad.

Aunque  
ya esté jubilado,  
sigue ayudando  
con su experiencia.

### Consultor

Persona experta  
que ayuda  
a otras personas,  
grupos o empresas  
a tomar buenas  
decisiones.

Por ejemplo,  
ayuda a planificar  
proyectos y a evaluar  
si estos proyectos  
funcionan bien.

## Resumen

---

Este artículo habla sobre los profesionales y las profesionales que trabajan con personas con discapacidad.

El artículo explica que hay 2 habilidades que pueden ayudar a estos profesionales a mejorar la vida de las personas con discapacidad intelectual. Estas habilidades son:

1. Ser responsables con su trabajo.
2. Tener **pensamiento crítico**.

Estas 2 habilidades son importantes para avanzar en los derechos de las personas con discapacidad intelectual.

La sociedad reconoce cada vez más derechos y más autonomía a las personas con discapacidad intelectual, como dice el **Paradigma** de la ciudadanía compartida.

### Pensamiento crítico

Capacidad de analizar la información que recibimos.

### Paradigma

Teoría o forma de pensar que explica un tema.

El Paradigma de la Ciudadanía Compartida dice que las personas con discapacidad intelectual y del desarrollo deben participar en la sociedad.

Por ejemplo:

votar en las elecciones

o hacer voluntariado.

También dice

que la sociedad debe respetarlas

porque todas las personas somos iguales.

Por ese motivo,

las personas que trabajan

con personas con discapacidad intelectual

y del desarrollo

tienen que seguir 3 **principios**

para apoyar a las personas:

### **Principio 1:**

Usar prácticas basadas en la **evidencia**.

Significa que los profesionales

tienen que conocer

los avances en investigación

para apoyar bien a las personas.

### **Principio**

Ideas y valores que guían la forma de actuar de las personas.

### **Evidencia**

Prueba o seguridad que tiene una persona de que algo es cierto porque la ciencia lo ha demostrado.

## **Principio 2:**

Planificación centrada en la persona.

La planificación centrada en la persona es crear un plan para ayudar a las personas con discapacidad a que tengan una mejor vida, según sus gustos y su realidad.

## **Principio 3:**

Colaborar con las propias personas con discapacidad intelectual y del desarrollo y sus familias.