



# CONVIVIENDO CON BAJA VISIÓN: GUÍA DE APOYO

EDITA

**VISION**españa

COLABORA



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE DERECHOS SOCIALES, CONSUMO  
Y AGENDA 2030



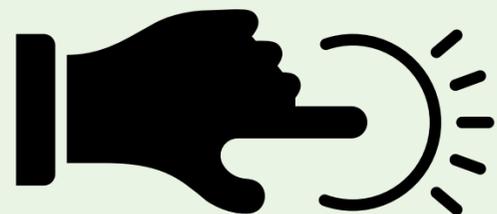
POR SOLIDARIDAD  
OTROS FINES DE INTERÉS SOCIAL



## ADVERTENCIA

**ESTE DOCUMENTO ES MERAMENTE INFORMATIVO.**

**EN NINGÚN MOMENTO REEMPLAZA LA CONSULTA CON UN ESPECIALISTA.  
LAS ENTIDADES QUE HAN RESPALDADO Y FINANCIADO ESTA GUÍA NO HAN  
PARTICIPADO NI INFLUIDO EN SU CONTENIDO.**



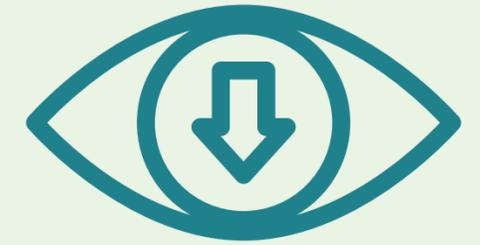
**Siempre que me veas, pincha para seguir enlace.**

# INDICE

1.	<b><u>CONTEXTUALIZAMOS</u></b>	<b>02</b>
2.	<b><u>DIAGNÓSTICO Y SEGUIMIENTO</u></b>	<b>07</b>
3.	<b><u>ACCESO A SERVICIOS ESPECIALIZADOS</u></b>	<b>17</b>
4.	<b><u>ACCIÓN VISIÓN ESPAÑA Y SUS ENTIDADES ADHERIDAS</u></b>	<b>21</b>
5.	<b><u>PRESTACIONES Y AYUDAS ECONÓMICAS</u></b>	<b>26</b>
6.	<b><u>EDUCACIÓN Y EMPLEO</u></b>	<b>43</b>
7.	<b><u>INSTRUMENTOS Y PRODUCTOS DE APOYO PARA LA VIDA DIARIA</u></b>	<b>48</b>
8.	<b><u>CONSEJOS</u></b>	<b>56</b>
9.	<b><u>ENLACES DE INTERÉS</u></b>	<b>67</b>
10.	<b><u>CONTACTO</u></b>	<b>69</b>

---

# INTRODUCCIÓN



Esta guía está destinada a personas con baja visión, sus familias y profesionales, ofreciendo información actualizada sobre recursos en España para promover la salud visual, el acceso a prestaciones sociales y la vida independiente.

Incluye información sobre:

- Servicios especializados en baja visión.
- Prestaciones económicas y ayudas técnicas.
- Recursos para la vida diaria.
- Entidades de apoyo y programas sociales.

La información contenida en este documento está actualizada a diciembre de 2025 y se centra en facilitar el acceso a los servicios más relevantes a nivel nacional.

Se ha procurado incluir enlaces a fuentes oficiales para acceder directamente a los recursos específicos de cada comunidad autónoma.





# CONTEXTUALIZAMOS

En España, más de un millón de personas con baja visión se encuentran con dificultades que impactan en su autonomía y calidad de vida, afectando actividades como la lectura y el desplazamiento.

Contar con recursos adecuados es esencial para mantener su independencia y seguridad. El acceso a servicios es crucial para mejorar su calidad de vida y fomentar su participación en la sociedad.





# QUÉ ES LA BAJA VISIÓN

La **Baja Visión** es la condición visual que padece una persona con una reducción importante de su visión, que no mejora utilizando una adecuada corrección con gafas, lentes de contacto e, incluso, acertados tratamientos farmacológicos o de cirugía, y que por ello sufre dificultad o incapacidad para realizar algunas tareas de la vida cotidiana.

Para la Organización Mundial de la Salud (OMS), las personas consideradas con baja visión están comprendidas entre los límites máximo de 0,3 (30%) y mínimo de 0,1 (10%) de agudeza visual y/o un campo visual valorado entre 20° y 10°.

La situación en la que la agudeza visual es igual o inferior a 0,1 (10%) y el campo visual es igual o inferior a 10° se denomina en España ceguera legal.



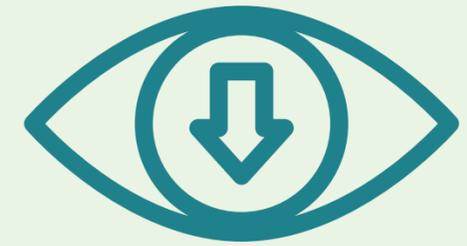
# CAMPO Y AGUDEZA VISUAL

Para comprender esto mejor, es esencial familiarizarse con dos conceptos básicos:

- **Campo visual:** Representa la amplitud del entorno que podemos percibir sin mover la cabeza. El ojo humano normalmente abarca un ángulo de aproximadamente 180 grados. Si este campo se reduce a menos de 20 grados, hablamos de baja visión, mientras que en casos inferiores a 10 grados, la persona podría clasificarse como ciega legal.
- **Agudeza visual:** Es una medida de la capacidad del ojo para percibir detalles en condiciones de buena iluminación. Por ejemplo, leer letras pequeñas a distancia requiere una buena agudeza visual. En las personas con baja visión o ciega legal, esta capacidad puede estar notablemente reducida.



# INVISIBILIDAD E INCOMPRENSIÓN



En la sociedad, se percibe la visión de manera binaria: se ve o no. Se carece de conciencia sobre la Baja Visión, lo que afecta tanto a las personas como a la normativa, complicando la atención equitativa en servicios públicos. Esta invisibilidad impide acceder a ayudas y beneficios sociosanitarios, ya que las valoraciones de estas situaciones no son precisas por la falta de baremos adecuados.

A las personas con baja visión nos cuesta mucho hacernos entender y, por ello, ser tratados de forma adecuada a nuestras limitaciones y características funcionales, sufriendo en muchas ocasiones incomprensiones y viviendo situaciones de estrés y de tensión innecesarias en nuestras relaciones y participación social. Este aspecto lleva en bastantes casos a un aislamiento ante la vida social activa.





ENTRE VER BIEN Y NO VER  
HAY UN SINFIN DE  
POSIBILIDADES



# DIAGNÓSTICO Y SEGUIMIENTO



El diagnóstico temprano es crucial para identificar cualquier alteración visual que pueda llevar a una pérdida considerable de la visión. La baja visión no se reconoce por sí misma, sino que es el resultado de una enfermedad ocular o de una condición que impacta la función visual.



# IMPORTANCIA DEL DIAGNÓSTICO PRECOZ

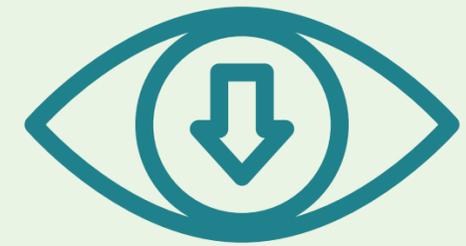
Detectar a tiempo las alteraciones visuales permite prevenir o minimizar sus efectos, facilitando el acceso a tratamientos, posibles cirugías y programas de rehabilitación.

En el caso de los niños, el desarrollo visual en los primeros años de vida es clave y condiciona el futuro visual, es necesario derivar a oftalmólogos pediátricos si en las revisiones pediátricas del niño sano los resultados del test del reflejo rojo no son normales o si se sospecha un problema de desarrollo visual.

Actuar con rapidez a nivel clínico junto con atención temprana y estimulación visual puede ser fundamental.



# PROFESIONALES IMPLICADOS



El abordaje de la baja visión suele requerir la intervención de distintos profesionales especializados:

- **Oftalmólogo/a:** Profesional médico especializado en el diagnóstico y tratamiento de patologías visuales. Determina el estado de la visión.
- **Optometrista especializado en baja visión:** Profesional que evalúa el resto visual y asesora sobre el uso de ayudas ópticas, electrónicas y productos de apoyo.
- **Rehabilitador/a visual:** Experto en técnicas y estrategias para que la persona aproveche al máximo su resto visual y desarrolle habilidades que le permitan desenvolverse de forma autónoma en su vida diaria.

En algunos casos, también pueden intervenir otros perfiles como **psicólogos/as, terapeutas ocupacionales o trabajadores/as sociales**, que ofrecen apoyo emocional, información sobre recursos sociales y orientación en procesos administrativos.

# PRUEBAS MÁS COMUNES PARA EVALUAR LA VISIÓN

El diagnóstico se realiza mediante pruebas específicas que permiten evaluar tanto la agudeza visual como el campo visual. Entre las más habituales destacan:

- **Campimetría:** mide el campo visual y detecta zonas donde la persona no percibe correctamente las imágenes. Fundamental para diagnosticar enfermedades como el glaucoma o la retinosis pigmentaria.
- **Tomografía de Coherencia Óptica (OCT):** técnica que genera imágenes en alta resolución de las distintas capas de la retina, lo que facilita la detección temprana de alteraciones en el nervio óptico o en la mácula.
- **Retinografía:** fotografía en color del fondo del ojo que permite detectar patologías como la retinopatía diabética o la degeneración macular.
- **Test de sensibilidad al contraste:** evalúa la capacidad de distinguir objetos con colores o texturas similares al fondo, aspecto clave en personas con baja visión.
- **Prueba de agudeza visual:** mide la capacidad para percibir detalles a distintas distancias y se utiliza para valorar el porcentaje de pérdida visual.



# LA IMPORTANCIA DEL INFORME MÉDICO

Contar con un informe médico claro es esencial para que las personas con baja visión comprendan su salud y accedan a recursos si es necesario. Un buen informe debe incluir:

- Diagnóstico y patología visual.
- Datos sobre agudeza y campo visual.
- Explicación de limitaciones funcionales y ajustes individuales (ceguera nocturna, ausencia de binocularidad y fotofobia)
- Evolución de la patología e impacto en la vida diaria



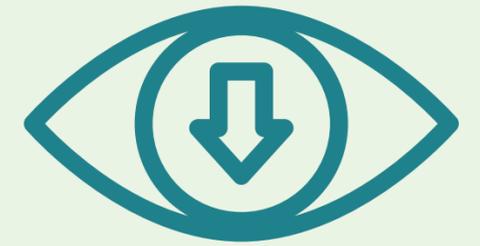
Tener este informe es importante incluso aunque no se vaya a solicitar ninguna prestación, ya que facilita entender mejor la propia situación visual y tomar decisiones informadas.

La doctora Blasco, del Hospital de Basurto, en colaboración con Retina Bizkaia Begisare y la Diputación Foral de Bizkaia, ha desarrollado un modelo de informe médico que resulta especialmente útil para este fin. Puedes acceder a este modelo en el siguiente enlace:

[Informe tipo oftalmológico para valoración de discapacidad](#)



# CENTROS, SERVICIOS Y UNIDADES DE REFERENCIA (CSUR)



Los Centros, Servicios y Unidades de Referencia (CSUR) en España son instituciones del Sistema Nacional de Salud que brindan atención especializada para enfermedades complejas o poco frecuentes.

Sus principales funciones incluyen:

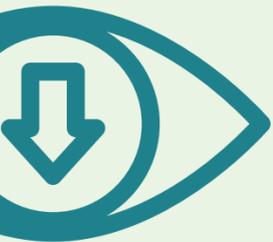
- Atención especializada con equipos multidisciplinarios y tecnología avanzada.
- Coordinación nacional para facilitar la derivación de pacientes a los CSUR apropiados.
- Garantía de equidad en la atención, asegurando tratamientos basados en la mejor evidencia, sin importar la comunidad autónoma de origen.



# PROCEDIMIENTO DE DERIVACIÓN A UN CSUR

El procedimiento para evaluar a un paciente con una enfermedad rara o compleja en un CSUR incluye:

1. **Evaluación inicial:** El médico identifica la necesidad de valoración especializada.
2. **Solicitud de derivación:** Se solicita formalmente a través del Sistema de Información del Fondo de Cohesión Sanitaria (SIFCO), con documentación clínica.
3. **Revisión del caso:** El CSUR evalúa la información y coordina un plan de acción con el centro de origen.
4. **Presentación en una ERN:** Si es necesario, se presenta el caso en una Red Europea de Referencia (ERN) para una opinión experta.
5. **Decisión final:** Se determina si el paciente es atendido en el CSUR o continúa su tratamiento en su centro de origen con las recomendaciones proporcionadas.



# CSUR RELACIONADOS CON PATOLOGÍAS VISUALES

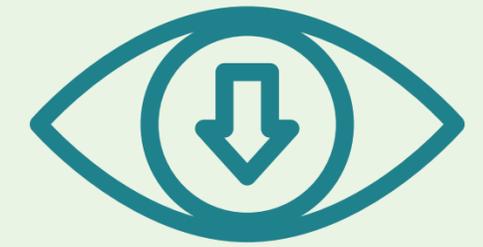
Para las personas con baja visión, existen CSUR especializados en determinadas patologías oculares complejas. Estos centros ofrecen diagnósticos precisos y tratamientos avanzados, esenciales para manejar condiciones que pueden comprometer seriamente la visión.

Si usted o un familiar padece una patología visual compleja, es fundamental consultar con su médico/a de cabecera u oftalmólogo/a sobre la posibilidad de ser derivado a un CSUR. Esto asegurará una atención especializada y acorde a sus necesidades.

**Para más información sobre el procedimiento de derivación a un CSUR y su presentación en una ERN,  puede consultar la fuente oficial del Ministerio de Sanidad.**



# LISTADO DE CENTROS DE REFERENCIA EN PATOLOGÍA OCULAR EN ESPAÑA

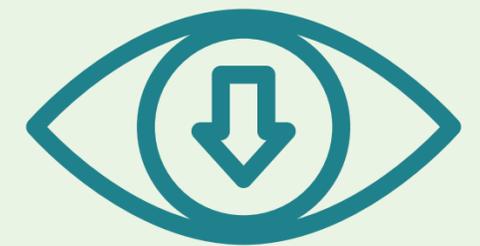


- **3R1. Glaucoma en la infancia:** Hospital Clínico San Carlos y Hospital Sant Joan de Deu
- **4R1. Alteraciones congénitas del desarrollo ocular y palpebral:** Hospital La Paz y Hospital Sant Joan de Deu
- **5R1. Tumores orbitarios infantiles:** Hospital La Paz y Hospital Sant Joan de Deu
- **6R1. Tumores intraoculares en la infancia:** Hospital La Paz, H. Sant Joan de Déu e Institut Catala D'Oncologia L'Hospitalet (ICO) y Hospital Virgen Macarena
- **7R1. Tumores intraoculares del adulto:** Complejo Hospitalario de Santiago, Hospital Clínico de Valladolid, Hospital La Fe, Hospital La Paz, Institut Catalá D'Oncología L'Hospitalet (ICO) y Hospital U. de Bellvitge y Hospital Virgen Macarena
- **8R1. Descompresión orbitaria en oftalmopatía tiroidea:** Hospital de Cruces, Hospital Ramón y Cajal y Hospital U. de Bellvitge





- **9R1. Tumores orbitarios del adulto:** Hospital La Fe, Hospital Ramón y Cajal, Hospital U. de Bellvitge, Hospital U. Vall D'Hebrón y Hospital Virgen del Rocío
- **11. Reconstrucción de la superficie ocular compleja. Queratoprótesis:** Hospital U. Vall D'Hebrón, Hospital U. de Bellvitge, Hospital Clínic de Barcelona, Hospital Clínic U. Virgen de la Arrixaca, Hospital U. Clínic San Carlos, Hospital Clínic U. de Valladolid, Hospital General U. Doctor Balmis, Complejo Hospitalario U. de Santiago, Hospital U. Cruces y Hospital General U. Reina Sofía
- **23R1. Queratoplastia en niños:** Hospital La Paz y Hospital Sant Joan de Deu
- **77. Cirugia vitroretiniana pediátrica:** Hospital San Joan de Deu y Hospital La Paz
- **78. Catarata compleja en niños:** Hospital La Paz y Hospital Sant Joan de Deu
- **79. Distrofias hereditarias de retina:** Hospital de Donostia, Hospital U. de Bellvitge y Hospital de Sant Joan de Déu





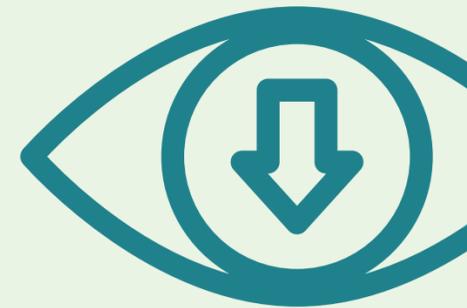
# ACCESO A SERVICIOS ESPECIALIZADOS



Las personas con baja visión pueden acceder a servicios especializados que brindan evaluación, tratamiento y apoyo para mejorar su autonomía y bienestar. Algunos de estos servicios son públicos, mientras que otros son ofrecidos por entidades privadas o asociaciones.

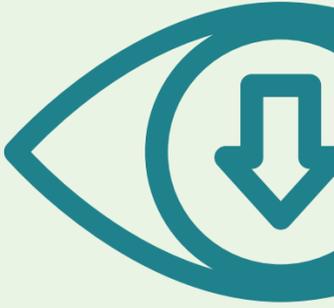


# CLÍNICAS DE OPTOMETRÍA ESPECIALIZADAS EN PATOLOGÍAS OFTALMOLÓGICAS COMPLEJAS Y CENTROS ESPECIALIZADOS EN BAJA VISIÓN



- Existen clínicas de optometría especializadas en patologías oftalmológicas complejas que ofrecen una atención adaptada a las necesidades de personas con baja visión. Cuentan con profesionales formados en la evaluación y el manejo de problemas visuales específicos, proporcionando soluciones personalizadas para mejorar la autonomía y la calidad de vida de los pacientes.
- Los centros especializados en baja visión brindan evaluación personalizada y asesoramiento sobre ayudas técnicas para maximizar el resto visual. Aunque no están integrados en el sistema de salud público, son una alternativa eficaz. Estos centros ofrecen valoración del resto visual, recomendación de ayudas ópticas y electrónicas, entrenamiento en el uso de herramientas y técnicas de orientación y movilidad, etc.

# OBSERVATORIO NACIONAL DE ENFERMEDADES RARAS OCULARES (ONERO)



ONERO promueve el conocimiento y la atención de enfermedades raras que afectan la visión.

## Sus servicios incluyen:

- Registro Nacional de Enfermedades Raras Oculares para recopilar datos y mejorar recursos.
- Acceso a guías informativas sobre diagnóstico, tratamiento y recursos sociales.
- Asesoramiento de profesionales especializados para mejorar la calidad de vida de las personas afectadas.

## ¿Por qué es importante el Registro Nacional de Enfermedades Raras Oculares?

- Mejora la detección precoz de estas patologías.
- Facilita el acceso a ensayos clínicos y tratamientos innovadores.
- Permite que las personas afectadas puedan formar parte de redes de apoyo e investigación.



Para más información, visita [su página web](#)



# ASOCIACIONES DE PACIENTES

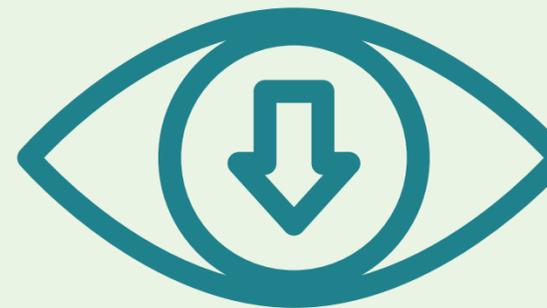
Las asociaciones especializadas en patologías visuales ofrecen información, orientación y apoyo a las personas afectadas y sus familias. Facilitan el acceso a programas de rehabilitación, productos de apoyo y asesoramiento en diversos ámbitos.

Sus principales servicios incluyen:

- Tratamientos y ensayos clínicos: Información sobre opciones terapéuticas y participación en investigación.
- Recursos sociales y ayudas: Asesoramiento sobre prestaciones y trámites administrativos.
- Accesibilidad laboral y educativa: Apoyo para adaptaciones en el trabajo y los estudios.
- Acompañamiento y ayuda mutua: Grupos de apoyo y redes de contacto.
- Información y formación: Materiales, talleres y estrategias para la vida diaria.
- Tiflotecnología: Herramientas para mejorar la autonomía.

Defensa de derechos e Incidencia política con las Administraciones.

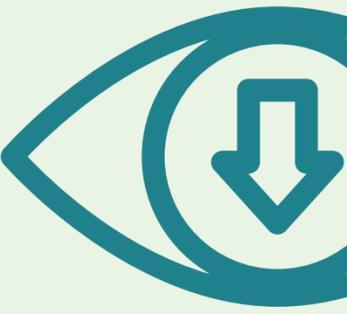
Estas entidades son clave para mejorar la calidad de vida y fomentar la inclusión



# ACCIÓN VISIÓN ESPAÑA Y SUS ENTIDADES ADHERIDAS

Acción Visión España es una entidad sin ánimo de lucro, declarada de utilidad pública, que agrupa a diversas asociaciones del territorio nacional dedicadas a la atención de personas con patologías visuales y a sus familiares.





# ACCIÓN VISIÓN ESPAÑA

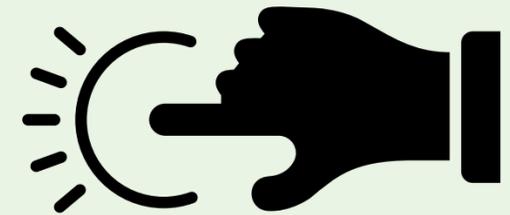
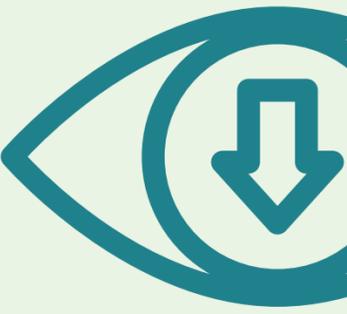
Nuestra misión es el fomento del estudio, investigación y conocimiento social, médico y científico de las patologías visuales para mejorar la calidad de vida de las personas que las padecen, así como la defensa de sus derechos, la accesibilidad y diseño universal de productos y/o servicios y la promoción de cuantas iniciativas conduzcan a este fin.

Nuestro trabajo se centra en las personas afectadas, en las familias, en profesionales de la salud y en cualquier otra persona que necesite apoyo e información.

Nacimos ante la necesidad de aunar los esfuerzos de diversos colectivos de personas afectadas con distintas patologías visuales. Nuestra finalidad es hacer un frente común para dar visibilidad, tanto en la sociedad como en la Administración, de las necesidades que este colectivo demanda y que están sin cubrir.

## Las entidades que forman parte de Acción Visión España actualmente son:

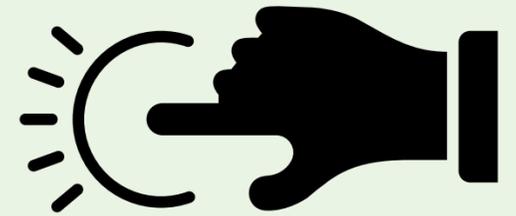
- Asociación Atrofia del Nervio Óptico de Léber (ASANOL)
- Asociación Alavesa Itxaropena
- Asociación de Catarata Congénita de España. (ACCESDELUZ)
- Asociación Discapacidad Visual Cataluña: B1+B2+B3
- Asociación Es Retina
- Asociación Española de Retinoblastoma. (AER)
- Asociación de Glaucoma para afectados y familiares (AGAF)
- Asociación de Miopía Magna con Retinopatías (AMIRES)
- Asociación Retina Guipuzkoa Begisare
- Asociación Síndrome de Marfán. (SIMA)
- Asociación Sociocultural 36 milímetros, discapacidad visual B1, B2, B3
- Asociación Tiresias Galicia
- Retina Navarra
- Retina Salamanca
- Asociación Baja Visión 3C
- Fundación Punt de Vista





## Acción Visión España pertenece al:

- Foro Español de Pacientes (FEP)
- Consejo Español para la Defensa de la Discapacidad y Dependencia (CEDDD)
- Retina Iberoamérica
- Foro Social de la Discapacidad Visual
- Observatorio Nacional de Enfermedades Raras Oculares (ONERO).



**EL TELÉFONO  
DEL OJO**

**900.900.505**



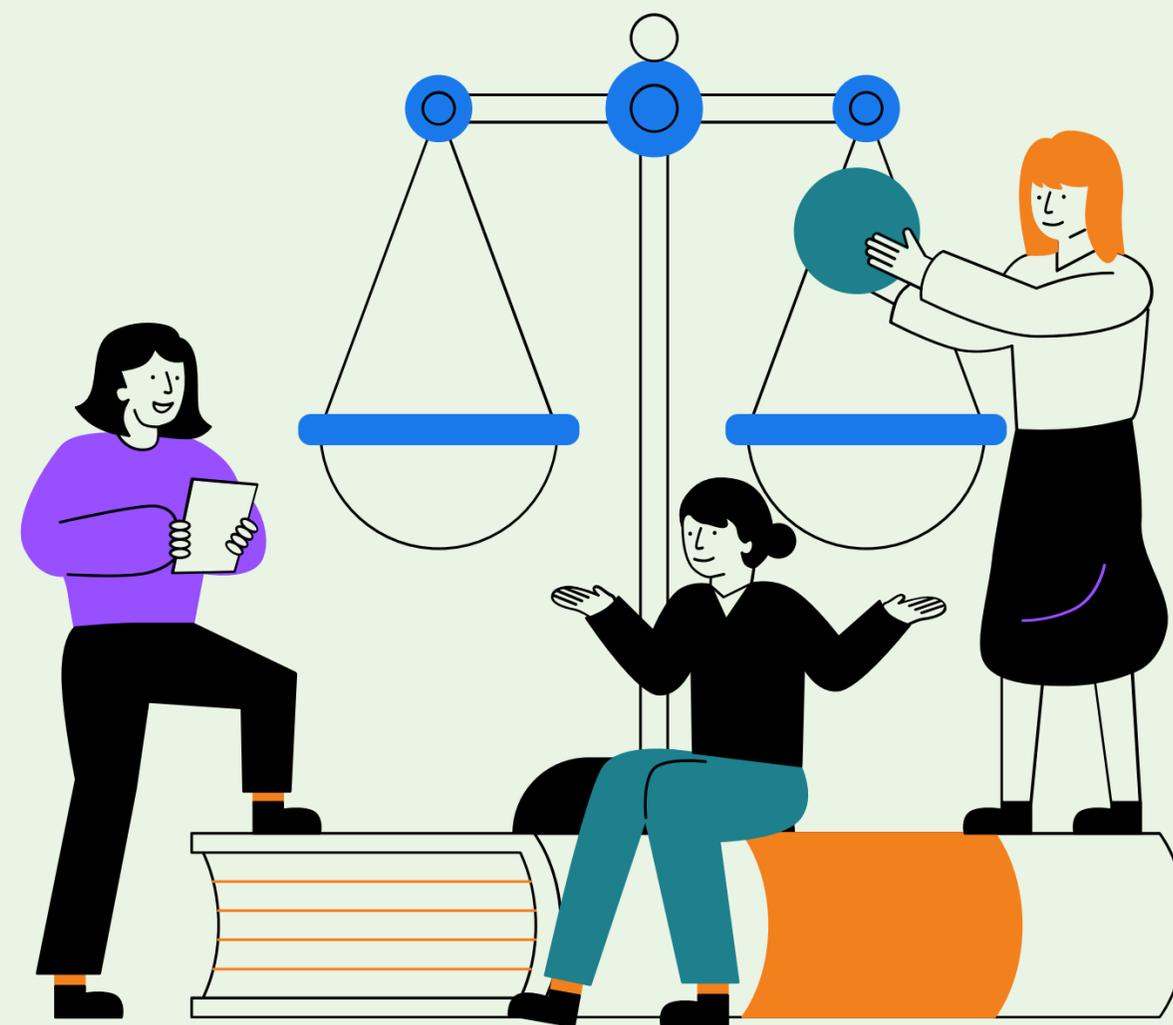
**PONTE EN CONTACTO CON  
ACCIÓN VISIÓN ESPAÑA  
O CON ALGUNA DE SUS  
ENTIDADES ADHERIDAS**

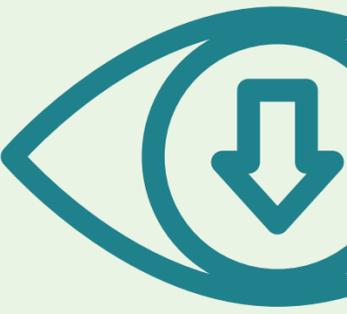
**LLAMANDO AL  
"TELÉFONO DEL OJO"  
900900505**



# PRESTACIONES Y AYUDAS ECONÓMICAS

Las personas con baja visión pueden acceder a diferentes tipos de prestaciones y ayudas económicas que les faciliten la vida diaria, el acceso a productos de apoyo o la adaptación de su entorno.





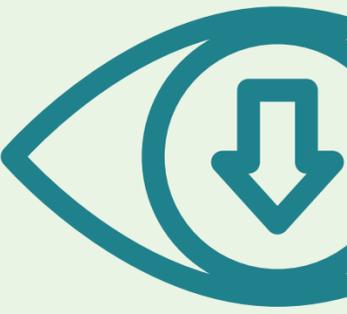
# GRADO DE DISCAPACIDAD

El certificado de discapacidad es un documento oficial que acredita el grado de discapacidad de una persona, permitiéndole acceder a diversos beneficios y servicios diseñados para promover su inclusión social y mejorar su calidad de vida.

## ¿Quién puede solicitarlo?

Cualquier persona que presente una discapacidad física, mental, sensorial u orgánica puede solicitar este certificado, siempre que cumpla con los siguientes requisitos:

- Ser ciudadano/a español/a o extranjero/a con residencia legal en España.
- Estar empadronado/a en la comunidad autónoma donde se realice la solicitud.
- Poseer informes médicos actualizados que acrediten la discapacidad alegada.



# PROCEDIMIENTO DE SOLICITUD

El proceso para obtener el certificado de discapacidad varía según la comunidad autónoma, pero generalmente incluye los siguientes pasos:

## 1. **Preparación de la documentación:**

- Informes médicos actualizados que acrediten la discapacidad.
- Documento Nacional de Identidad (DNI) o Número de Identificación de Extranjero (NIE).

2. **Presentación de la solicitud:** Esta puede realizarse de forma presencial en los Centros de Valoración y Orientación (CVO) de la comunidad autónoma correspondiente o a través de las plataformas electrónicas habilitadas para tal fin.

3. **Evaluación:** La persona solicitante será citada para una valoración médica y social que determinará el grado de discapacidad.

4. **Resolución:** Tras la evaluación, se emitirá una resolución que indicará el porcentaje de discapacidad reconocido.

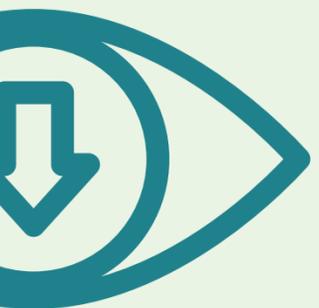
# BENEFICIOS ASOCIADOS AL CERTIFICADO

Obtener el certificado de discapacidad otorga acceso a una serie de beneficios, entre los que se incluyen:

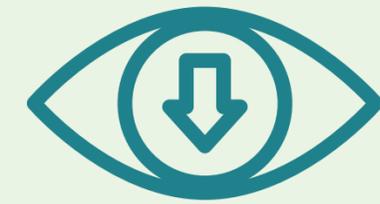
- Acceso a las medidas de fomento del empleo para personas con discapacidad
- Adaptación del puesto de trabajo
- Adaptación de pruebas selectivas en el acceso al empleo público
- Jubilación anticipada
- Acceso a la vivienda de protección pública
- Subvenciones y/o ayudas de carácter individual: tratamientos rehabilitadores, productos de apoyo, accesibilidad y adaptaciones en el hogar, etc.
- Tratamientos rehabilitadores y de apoyo
- Recursos y apoyos educativos
- Pensión no contributiva (PNC) (Tener reconocido un 65 % de discapacidad o más y edad de 18 a 65 años)



- Prestaciones económicas y sociales para personas con discapacidad: Asistencia Sanitaria y Prestación Farmacéutica y Subsidio de Movilidad y Compensación para Gastos de Transporte
- Prestaciones familiares: Asignación económica por hijo o menor con discapacidad acogido a cargo, o mayores de 18 años con un grado de discapacidad igual o superior a 65%
- Las familias con dos hijos, uno de ellos con una discapacidad igual o superior al 33%, será considerada familia numerosa
- Ampliación del periodo de descanso por maternidad en los supuestos de discapacidad del hijo o menor acogido.
- Ingreso en Centros
- Beneficios fiscales: Necesidad de ayuda de tercera personas para desplazamiento a lugar de trabajo, movilidad reducida, necesidad de vivienda adaptada, etc
  - Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas (IRPF), Impuesto sobre Sociedades (IS), Impuesto sobre Sucesiones y Donaciones, Impuesto sobre el Valor Añadido (IVA), Impuesto especial sobre determinados medios de transporte (IEDMT), Impuesto sobre Vehículos de Tracción Mecánica (IVTM)



- Tarjeta de estacionamiento para personas con movilidad reducida
- Bonotaxi
- Reducciones en medios de transporte
- Otras ayudas y servicios para el colectivo de personas con discapacidad que se contemplen en los organismos competentes en materia de Servicios Sociales ya sean municipales, autonómicos o estatales, o de la iniciativa privada social.
- Deducciones para familias con miembros con discapacidad:
  - Descendientes con discapacidad a cargo.
  - Conyuge con discapacidad con ingresos sujetos a tributación.



Aunque **la ley establece que la resolución del grado de discapacidad debe emitirse en un plazo máximo de seis meses**, en la práctica, este periodo puede variar significativamente según la comunidad autónoma.



# ENLACES POR COMUNIDAD AUTÓNOMA

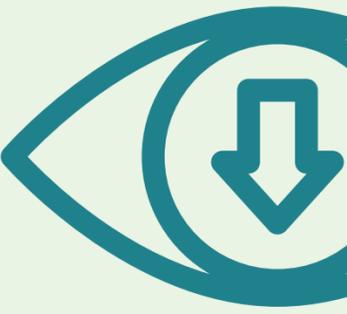
A continuación, se proporcionan los enlaces directos a las páginas oficiales de cada comunidad autónoma donde se detallan los procedimientos para solicitar el certificado de discapacidad:

- [Andalucía](#)
- [Aragón](#)
- [Asturias](#)
- [Baleares](#)
- [Canarias](#)
- [Cantabria](#)

- [Castilla-La Mancha](#)
- [Castilla y León](#)
- [Cataluña](#)
- [Ceuta](#)
- [Comunidad Valenciana](#)
- [Extremadura](#)
- [Galicia](#)

- [La Rioja](#)
- [Madrid](#)
- [Melilla](#)
- [Murcia](#)
- [Navarra](#)
- [País Vasco](#)





# PRESTACIONES SOCIALES Y ECONÓMICAS PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD

Conjunto de prestaciones económicas y técnicas, destinadas a la protección de las personas con discapacidad que por no desarrollar actividad laboral no están comprendidas en el campo de aplicación de la Seguridad Social.

- Subsidio de garantía de ingresos mínimos.
- Subsidio por ayuda de tercera persona.
- Subsidio de movilidad y compensación por gastos de transporte.
- Asistencia sanitaria y prestación farmacéutica.



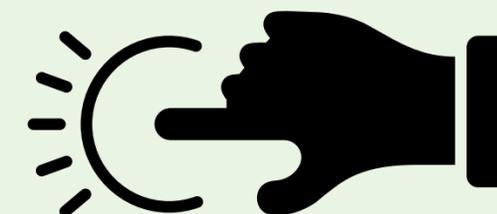
# ASIGNACIÓN POR DESCENDIENTE A CARGO

Son prestaciones de la Seguridad Social que se otorgan por tener hijos o hijas con discapacidad:

- A menores de 18 con un grado de discapacidad igual o superior al 33%
- A mayores de 18 con un grado igual o superior al 65%
- A mayores de 18 con un grado igual o superior al 75% y necesidad de otra persona para la realización de actos esenciales de la vida.

Además, existe una prestación por nacimiento o adopción de hijo e hija, para familias numerosas, monoparentales, monomarentales y para madres o padres con discapacidad.

Estas prestaciones se tienen que solicitar en las Oficinas de la Seguridad Social.



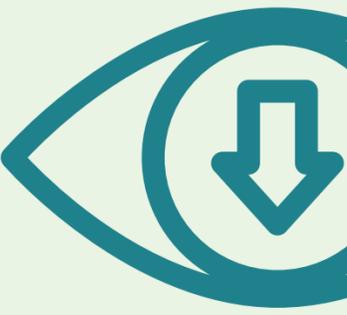
# SISTEMA PARA LA AUTONOMÍA Y ATENCIÓN A LA DEPENDENCIA (SAAD)

La Ley de dependencia nace para garantizar la atención de toda persona que necesite de cuidados, ofrece un conjunto de servicios y prestaciones económicas destinadas a la atención y protección de personas dependientes.

## ¿Quién puede solicitarlo?

Para ser beneficiario de los servicios y prestaciones han de cumplirse los requisitos que establece con carácter general la Ley para la Autonomía y Atención a la Dependencia:

- Españoles y personas extranjeras que viven legalmente en España, y lo hayan hecho durante 5 años, 2 de ellos inmediatamente anteriores a la presentación de la solicitud (a excepción de los emigrantes retornados).
- En el caso de los menores de 5 años, los padres, tutores o personas que tengan la guardia y custodia deben vivir de forma legal en España.



# PROCEDIMIENTO DE SOLICITUD

El proceso para obtener la dependencia varía según la comunidad autónoma, pero generalmente incluye los siguientes pasos:

## 1. **Preparación de la documentación:**

- Informes médicos actualizados e informe de las condiciones de salud.
- Documento Nacional de Identidad (DNI) o Número de Identificación de Extranjero (NIE).
- Certificado de empadronamiento

2. **Presentación de la solicitud:** se puede realizar por medios electrónicos o de forma presencial, a través de los servicios sociales del ayuntamiento en el que esté empadronado.

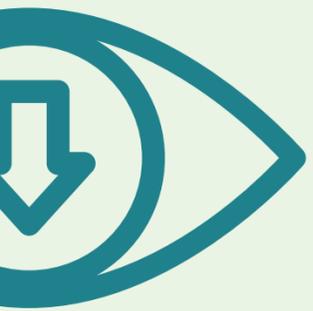
3. **Evaluación:** se realizará una valoración en el entorno habitual del solicitante, que no tiene por qué ser su domicilio, puede ser una residencia, la casa del cuidador, etc. que determinará el grado de dependencia.

4. **Resolución:** Tras la evaluación, se emitirá una resolución que indicará el grado de dependencia reconocido.



# QUÉ AYUDAS PUEDO SOLICITAR

- Servicios de prevención y promoción de la autonomía: Incluyen programas de rehabilitación y asistencia temprana.
- Servicios de teleasistencia: Atención urgente mediante dispositivos.
- Servicios de ayuda a domicilio: Asistencia en necesidades diarias y personales en el hogar, como limpieza e higiene.
- Servicios de centro de día y de noche.
- Servicios de residencia a tiempo completo.
- Prestaciones económicas: Dependen de la capacidad económica de la persona beneficiaria. Incluyen:
  - Prestación económica vinculada al servicio.
  - Ayudas para cuidados familiares.
  - Ayudas para contratación de cuidadores profesionales y ayudas específicas para asistencia personal, siempre que el cuidador esté dado de alta en la Seguridad Social.



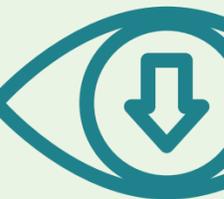
# ENLACES POR COMUNIDAD AUTÓNOMA

A continuación, se proporcionan los enlaces directos a las páginas oficiales de cada comunidad autónoma donde se detallan los procedimientos para solicitar la ley de dependencia:

- [Andalucía](#)
- [Aragón](#)
- [Asturias](#)
- [Baleares](#)
- [Canarias](#)
- [Cantabria](#)

- [Castilla-La Mancha](#)
- [Castilla y León](#)
- [Cataluña](#)
- [Ceuta](#)
- [Comunidad Valenciana](#)
- [Extremadura](#)
- [Galicia](#)

- [La Rioja](#)
- [Madrid](#)
- [Melilla](#)
- [Murcia](#)
- [Navarra](#)
- [País Vasco](#)



# INCAPACIDAD LABORAL



La incapacidad laboral se refiere a la imposibilidad de trabajar debido a una disminución de capacidades físicas o mentales por enfermedad o accidente. Puede ser temporal o permanente y se clasifica en grados según su gravedad:

- **Incapacidad Permanente Parcial:** Supone una disminución no inferior al 33% en el rendimiento para la profesión habitual, pero no impide la realización de las tareas fundamentales de la misma.
- **Incapacidad Permanente Total:** Inhabilita al trabajador para la realización de todas las tareas de su profesión habitual, aunque puede dedicarse a otra distinta.
- **Incapacidad Permanente Absoluta:** Inhabilita al trabajador para cualquier profesión u oficio.
- **Gran Invalidez:** Además de la incapacidad absoluta, el trabajador necesita la asistencia de otra persona para las actividades básicas de la vida diaria.

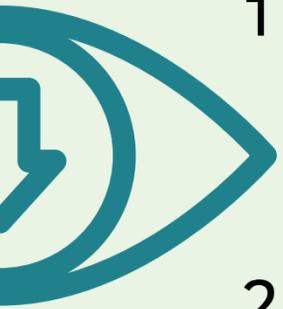
Cada uno de los grados en que se clasifica la incapacidad permanente da lugar a la correspondiente prestación económica. Puedes acceder a [este enlace](#) para más información.



Requisitos para solicitar la incapacidad permanente:

- **Situación de alta o asimilada al alta:** Estar afiliado y en alta en la Seguridad Social o en una situación asimilada al alta en el momento del hecho causante.
- **Cotización previa:** Dependiendo de la edad y del grado de incapacidad, se requiere un período mínimo de cotización. Por ejemplo, para menores de 31 años, se exige un tercio del tiempo transcurrido entre los 16 años y la fecha del hecho causante; para mayores de 31 años, un cuarto del tiempo, con un mínimo de 5 años cotizados.

# PROCEDIMIENTO DE SOLICITUD

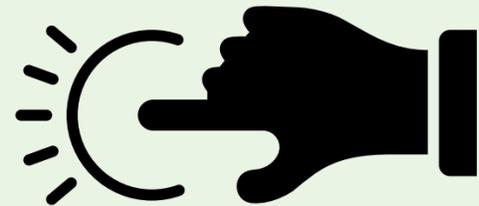
- 
1. **Iniciación del expediente:** El procedimiento puede iniciarse de oficio por el Instituto Nacional de la Seguridad Social (INSS), a instancia de las entidades colaboradoras o a petición del interesado.
  2. **Presentación de la solicitud:** Informe médico actualizado, historial laboral, informes complementarios y el formulario oficial de solicitud.
  3. **Dónde presentarla:** En los Centros de Atención e Información de la Seguridad Social (CAISS) o a través de la sede electrónica de la Seguridad Social.
  4. **Evaluación médica:** El Equipo de Valoración de Incapacidades (EVI) evaluará al solicitante y emitirá un dictamen-propuesta.
  5. **Resolución:** El INSS notificará al interesado la resolución, concediendo o denegando la incapacidad.
  6. **Reclamaciones:** Si la resolución es desfavorable, el interesado puede presentar una reclamación previa en el plazo de 30 días hábiles. Si es desestimada, puede interponer una demanda ante la jurisdicción social.
- 



Consideraciones adicionales:

- **Situación de desempleo:** Es posible solicitar la incapacidad permanente estando en situación de desempleo, siempre que se cumplan los requisitos de cotización y se esté en situación asimilada al alta.
- **Revisión de la incapacidad:** La situación de incapacidad puede ser revisada por agravación o mejoría, pudiendo modificar el grado reconocido o incluso extinguir la prestación.

Para más información y acceso a los formularios oficiales, puedes visitar [la sede electrónica de la Seguridad Social](#)



**Nota: Es recomendable consultar con profesionales especializados o con la propia Seguridad Social para recibir asesoramiento personalizado y actualizado sobre cada caso en particular.**





# EDUCACIÓN Y EMPLEO

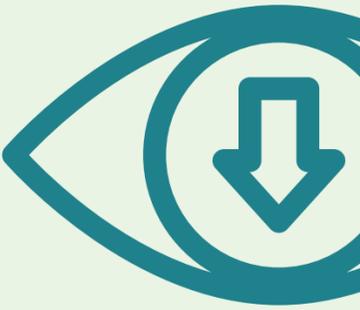
El acceso a la educación y al empleo es esencial para la autonomía de personas con baja visión. Este apartado explora los apoyos para asegurar una educación inclusiva y adaptaciones para el desempeño laboral, abarcando recursos, estrategias y derechos que permiten una trayectoria formativa y laboral equitativa.

# ESCOLARIZACIÓN Y APOYOS EDUCATIVOS PARA NIÑOS Y NIÑAS CON DISCAPACIDAD VISUAL

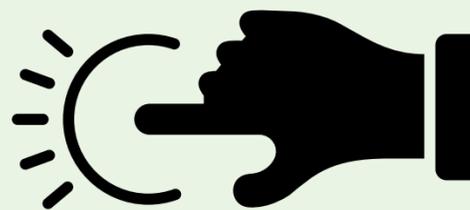
La mayoría de los niños y niñas con discapacidad visual asisten a centros ordinarios, promoviendo la educación inclusiva. Para su desarrollo académico, necesitan acceso a información y materiales adaptados, con atención individualizada.

Desde educación infantil hasta universitaria, pueden requerir apoyos como adaptación curricular, tecnología de apoyo, y pautas específicas.

La tramitación de estos apoyos se realiza a través de los Equipos de Orientación Educativa y Psicopedagógica de cada comunidad autónoma. Estos equipos valoran la situación y emiten un dictamen de escolarización, documento clave que recoge las necesidades educativas del alumno/a y orienta las medidas a aplicar.



**Becas y Ayudas al Estudio**



# EMPLEO ORDINARIO Y EMPLEO PROTEGIDO

Las iniciativas para fomentar el empleo de personas con discapacidad se dividen en dos categorías: empleo ordinario y empleo protegido.

- **Empleo ordinario:**

1. **Cuota de reserva:** Empresas con 50 o más empleados deben reservar el 2% de puestos para personas con discapacidad y pueden optar por acciones alternativas.
2. **Fomento del autoempleo:** Financiación de proyectos empresariales y subvenciones para cooperativas.
3. **Sistema de empleo con apoyo:** Orientación y acompañamiento individualizado para trabajadores con discapacidad en empresas normales.
4. **Empleo público:** 7% de las plazas reservadas para personas con discapacidad, con adaptaciones en pruebas selectivas.



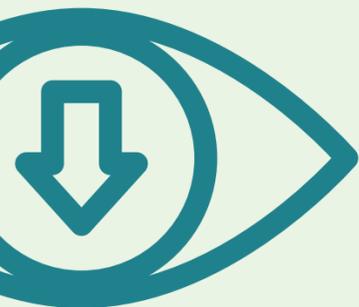


- **Empleo protegido:**

1. **Centros Especiales de Empleo (CEE):** Proporcionan trabajo productivo y asistencial, asegurando remuneración y buscando la integración al mercado ordinario.

2. **Enclaves laborales:** Permiten la transición de trabajadores con discapacidad de un CEE a empresas del mercado ordinario mediante contratos de arrendamiento de servicios.

**Puedes encontrar más información en la [página del Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030](#)**



# ADAPTACIÓN DEL PUESTO DE TRABAJO

Las personas con baja visión pueden solicitar ajustes para desempeñar su labor en igualdad de condiciones. Ejemplos de adaptaciones:

- Uso de pantallas de alta resolución o filtros de contraste.
- Software de lectura de pantalla o ampliación de caracteres.
- Iluminación ajustable para evitar reflejos o fatiga visual.
- Documentos en formato accesible (braille, letra grande, digital).
- Redistribución del espacio o ubicación en zonas con mejor iluminación natural.



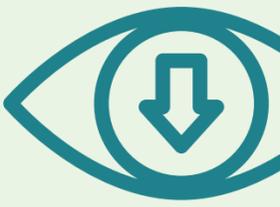
Las empresas tienen la responsabilidad de garantizar un entorno accesible y seguro para todos sus empleados. Si necesitas una adaptación en tu puesto de trabajo, no dudes en comunicarlo. La mayoría de los ajustes pueden implementarse sin dificultad y contribuyen a un desempeño laboral más cómodo y eficiente.



# INSTRUMENTOS Y PRODUCTOS DE APOYO PARA LA VIDA DIARIA



Las personas con baja visión pueden beneficiarse de diversos dispositivos y herramientas que les permiten desarrollar sus actividades cotidianas de forma más autónoma y segura. Estos instrumentos están diseñados para facilitar la lectura, la orientación, el acceso a la información o la realización de tareas domésticas.

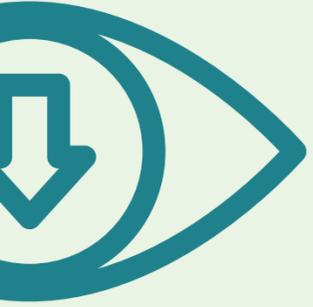


# DISPOSITIVOS PARA LA MEJORA DE LA VISIÓN

Existen productos específicos que ayudan a aprovechar el resto visual disponible, optimizando la percepción de formas, colores y contrastes:

- **Filtros especiales:** Gafas o lentes que mejoran el contraste y reducen el deslumbramiento.
- **Monoculares o telescopios portátiles:** Muy útiles para reconocer señales, leer carteles o identificar rostros a distancia.
- **Sistemas de ampliación digital:** Dispositivos que permiten aumentar el tamaño del texto en tiempo real mediante cámaras conectadas a pantallas.
- **Lupas**





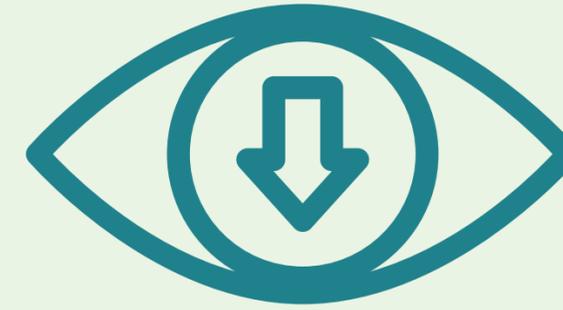
# HERRAMIENTAS PARA LA LECTURA

Las personas con baja visión cuentan con opciones adaptadas para facilitar la lectura de textos impresos o digitales:

- **Lupas electrónicas portátiles:** Dispositivos ligeros que amplían el texto con opción de modificar el color del fondo y del texto para mejorar el contraste.
- **Programas de ampliación para ordenadores:** Software que permite ajustar el tamaño de letras e iconos en la pantalla, como ZoomText o SuperNova.
- **Audiolibros y lectores de texto:** Aplicaciones como Voice Dream Reader, NaturalReader o el servicio de Daisy ofrecen textos leídos en voz alta para facilitar el acceso a la información escrita.

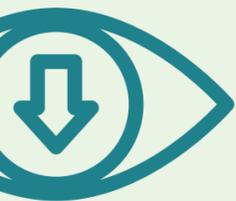


# TECNOLOGÍA ACCESIBLE



La tecnología ofrece herramientas que mejoran la comunicación y la autonomía de las personas con baja visión:

- **Asistentes de voz:** Como Siri, Alexa o Google Assistant, que permiten realizar tareas mediante comandos verbales.
- **Apps de reconocimiento de texto y objetos:** Aplicaciones como Envision AI, Seeing AI o Be My Eyes identifican productos, colores o billetes mediante la cámara del teléfono móvil.
- **Sistemas de navegación asistida:** Herramientas como Soundscape o Lazarillo App guían a la persona en desplazamientos urbanos mediante indicaciones auditivas.
- **Sistemas de realidad aumentada:** Dispositivos como OrCam MyEye o eSight amplían y mejoran la imagen en tiempo real para facilitar la visión de detalles.

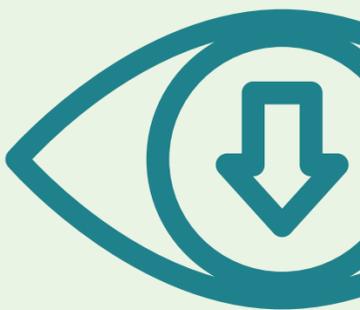




# PRODUCTOS PARA EL HOGAR

La adaptación del entorno doméstico es clave para favorecer la seguridad y la independencia:

- **Etiquetas en relieve o con códigos QR:** Aplicaciones como NaviLens permiten identificar objetos en la cocina, productos de limpieza o medicamentos de forma rápida y segura.
- **Relojes, despertadores, básculas, termómetros... que hablen:** Dispositivos que anuncian la información en voz alta.
- **Sistemas de iluminación regulable:** Permiten adaptar la intensidad lumínica según las necesidades visuales de cada persona.
- **Audiodescripción en la televisión y plataformas de streaming:** Muchos servicios ya cuentan con esta opción para hacer accesibles las películas y series.



# DISTINTIVO “TENGO BAJA VISIÓN”

El distintivo «Tengo Baja Visión» es una chapa que permite a las personas con baja visión informar sobre su condición, facilitando la comunicación y el apoyo en situaciones cotidianas.

Es importante porque la baja visión no siempre es evidente, lo que puede generar malentendidos. Este distintivo ayuda a evitar situaciones incómodas y a recibir asistencia de manera más eficiente.



# BASTÓN VERDE



El bastón es una herramienta esencial que facilita la movilidad y orientación de las personas con discapacidad visual. Su color no solo cumple una función práctica, sino que también comunica información importante sobre la condición visual de la persona que lo está usando:

- Bastón blanco: Este bastón es ampliamente reconocido como símbolo de ceguera total.
- Bastón blanco con franjas rojas: Indica que la persona es sordociega, es decir, presenta tanto discapacidad visual como auditiva.
- Bastón verde: Destinado a personas con baja visión, este bastón identifica a quienes aún conservan cierto grado de visión, pero requieren apoyo para desplazarse con seguridad.

Además de asistir en la movilidad, estos bastones fomentan la comprensión y respeto en el entorno.

**Para más información sobre el uso del bastón verde y recursos adicionales, contáctanos.**

# DÓNDE ADQUIRIR ESTOS PRODUCTOS

Los instrumentos y productos de apoyo para la baja visión pueden encontrarse en distintos puntos especializados:

- **Ópticas especializadas en baja visión:** Profesionales formados pueden asesorar sobre lupas electrónicas, filtros especiales y otros dispositivos ópticos.
- **Ortopedias especializadas:** Algunas cuentan con productos adaptados, como relojes parlantes o etiquetas en relieve.
- **Asociaciones de pacientes:** Ofrecen orientación y, en algunos casos, facilitan el acceso a productos de apoyo.
- **Tiendas online:** Plataformas especializadas y generalistas cuentan con una amplia variedad de ayudas técnicas.

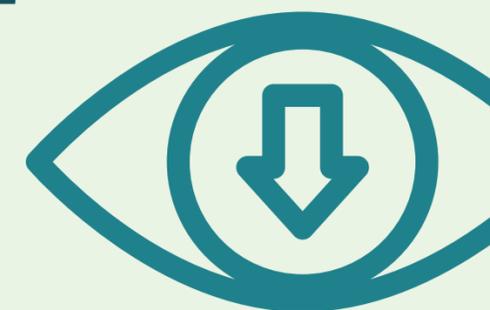
**Algunas herramientas pueden ser adquiridas con ayudas públicas. Sugerimos consultar con personal sanitario, ópticas, Administración o asociaciones para asesoramiento.**

# CONSEJOS

Las personas con baja visión suelen tener dificultades en sus interacciones sociales debido a la falta de comprensión sobre sus necesidades visuales. Es fundamental que quienes las acompañan brinden apoyo de manera adecuada, respetuosa y efectiva.



# CONSEJOS PARA INTERACTUAR DIARIAMENTE CON PERSONAS CON BAJA VISIÓN



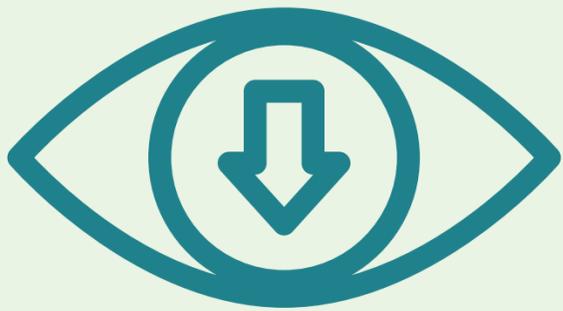
## 1. Ofrece ayuda, pero no la impongas

- Antes de intervenir, pregunta siempre: "¿Quieres que te ayude?" o "¿Puedo hacer algo por ti?". No asumas que la persona necesita ayuda sin consultarlo primero.
- Si te piden ayuda, pregunta cómo puedes hacerlo. Cada persona tiene formas distintas de desenvolverse.

## 2. Identifícate verbalmente

- Cuando te acerques a una persona con baja visión, especialmente en lugares públicos o entornos ruidosos, salúdala diciendo tu nombre: "Hola, soy Laura".
- Si te alejas, avísalo para que no se queden hablándote sin saber que ya no estás presente. Por ejemplo: "Voy a salir un momento, ahora vuelvo".





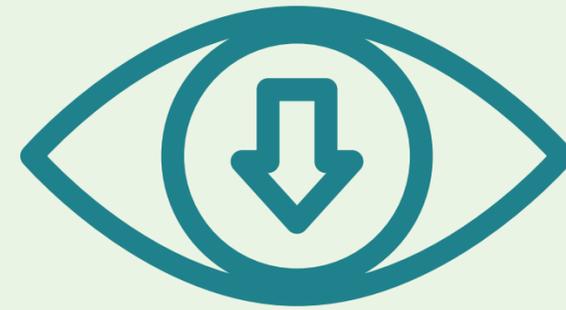
### **3. Describe el entorno de forma clara y precisa**

- Usa referencias sencillas para indicar la ubicación de objetos o personas: "El mostrador está justo enfrente" o "Hay una silla a tu izquierda".
- Evita señalar únicamente diciendo "ahí" o "aquí", ya que estas indicaciones no son útiles si la persona no puede ver hacia dónde estás apuntando.

### **4. Avisa de obstáculos y cambios en el entorno**

- Indica elementos que puedan suponer un riesgo, como escalones, bordillos, puertas abiertas o muebles que sobresalgan. Por ejemplo: "Hay un escalón justo delante" o "El suelo está mojado en esta parte".
- Si hay obras, aglomeraciones o cambios en el entorno habitual, avísalo para que la persona pueda tomar precauciones.



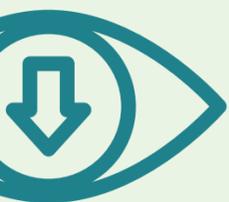


## 5. Al ofrecer tu brazo para guiar

- Si la persona te solicita que la guíes, ofrece tu brazo para que se sujete ligeramente por encima del codo. Esto le permitirá notar tus movimientos y seguirte de forma cómoda.
- Camina medio paso por delante para que pueda anticipar los cambios en el camino.

## 6. Facilita la lectura y el acceso a la información

- Si la persona necesita leer algo y no puede hacerlo, ofrécele leerle el texto en voz alta. Hazlo de forma clara, pausada y sin omitir información.
- Si el texto es extenso, pregunta qué partes le interesan para no sobrecargar con información innecesaria.

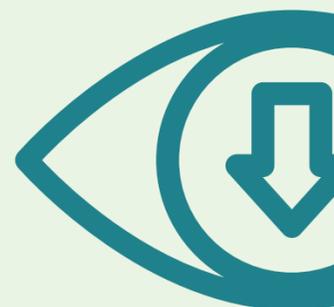


## 7. En espacios sociales y actividades grupales

- En reuniones o encuentros, presenta a las personas que están alrededor para que la persona con baja visión pueda identificar quiénes están presentes.
- Si hay una conversación grupal, menciona el nombre de la persona a quien te diriges para que todos sepan quién está hablando. Por ejemplo: "Juan, ¿qué opinas de esto?".

## 8. Respeta sus decisiones y su autonomía

- Cada persona con baja visión conoce mejor que nadie sus propios límites. Si decide no aceptar tu ayuda, respétalo.
- Anima a la persona a expresar sus necesidades sin incomodidad, creando un ambiente de confianza.



# CONSEJOS PARA PERSONAS CON BAJA VISIÓN SOBRE CÓMO PEDIR AYUDA Y MANEJAR SU DÍA A DÍA

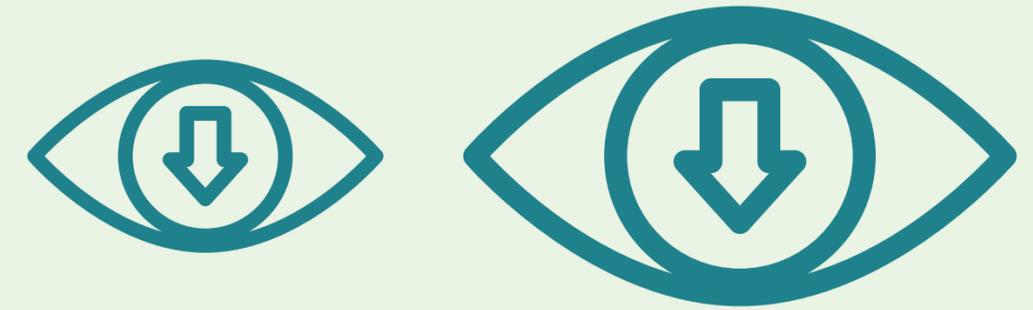
Las personas con baja visión también pueden adoptar estrategias que faciliten la interacción con los demás y mejoren su autonomía en diferentes entornos.

Aquí se incluyen algunas recomendaciones prácticas:

## 1. Comunica tus necesidades de forma clara

- No dudes en explicar cómo pueden ayudarte. Frases como "¿Podrías decirme cuándo el semáforo se ponga en verde?" o "¿Me puedes indicar dónde está la puerta?" suelen facilitar la colaboración.
- Si tienes una forma específica de recibir ayuda que te resulta cómoda, indícalo sin problemas. Por ejemplo: "Prefiero que me guíes ofreciéndome tu brazo".





## **2. Utiliza distintivos si te resultan útiles**

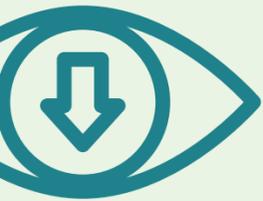
- El uso del distintivo "Tengo baja visión" puede ayudar a que las personas comprendan mejor tu situación. Esto es especialmente útil en el transporte público, comercios o espacios concurridos.

## **3. Pide descripciones claras**

- Si estás en un entorno desconocido, solicita indicaciones concretas: "¿Puedes decirme qué hay alrededor?" o "¿Dónde está el mostrador de información?".

## **4. En lugares públicos, busca puntos de referencia**

- Localiza elementos que te ayuden a orientarte, como columnas, puertas de emergencia o mostradores. Esto facilitará que puedas moverte con mayor seguridad.



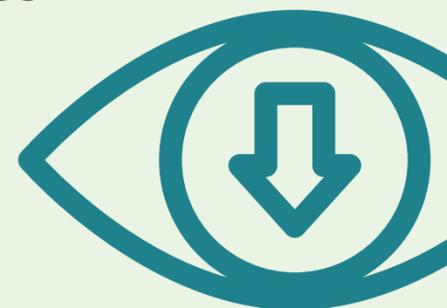
## **5. En reuniones sociales, preséntate y pide que te indiquen quién está presente**

- Si llegas a un grupo, puedes decir: "Hola, soy Marta, ¿me podrías decir quién está aquí?". Esto facilita que puedas identificar a las personas y participar en la conversación.

## **6. No temas pedir ayuda cuando la necesites**

- Muchas personas están dispuestas a colaborar, pero no saben cómo hacerlo. Explicar brevemente tu situación y lo que necesitas suele generar respuestas positivas.

Adoptar estas pautas puede ayudarte a desenvolverte con mayor seguridad y confianza, facilitando que las personas de tu entorno sepan cómo ofrecerte la ayuda que realmente necesitas.





# VIAJES Y DESPLAZAMIENTOS

Las personas con baja visión pueden mejorar su autonomía en los desplazamientos aprovechando distintos servicios y estrategias de planificación. Desde la organización previa del viaje hasta el uso de asistencia en estaciones o herramientas tecnológicas, estas recomendaciones pueden facilitar la movilidad y aumentar la seguridad en el día a día:

- **Organiza tu viaje con antelación:** Informarte sobre los accesos, las paradas o los puntos de información te ayudará a moverte con mayor seguridad.
- **Asistencia en aeropuertos y estaciones:** Servicios como el Servicio Adif ACERCA de Renfe o la asistencia en aeropuertos de AENA facilitan los traslados de forma segura.
- **Tecnología para la orientación:** Aplicaciones como Google Maps ofrecen opciones útiles como indicaciones por voz y alertas de desvíos. Activar estas funciones facilita la movilidad en entornos desconocidos.
- **Agencias especializadas:** Existen empresas que ofrecen paquetes turísticos adaptados para personas con baja visión, garantizando la accesibilidad durante el viaje.





# OCIO, TIEMPO LIBRE Y REDES DE APOYO

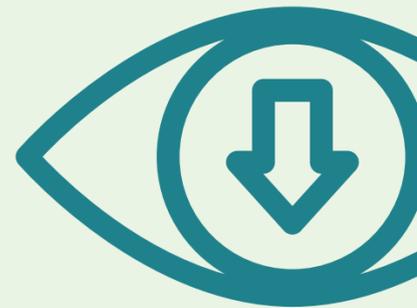
El ocio y el tiempo libre son esenciales para el bienestar emocional y social. Participar en actividades recreativas y culturales mejora la calidad de vida y fortalece la autoestima y relaciones sociales. Recomendaciones para fomentar la participación incluyen:

## 1. Actividades culturales y de entretenimiento:

- Museos con visitas guiadas adaptadas y recursos accesibles.
- Cine y teatro con audiodescripción y subtítulos para personas con discapacidad visual.
- Conciertos y espectáculos con zonas reservadas para una mejor experiencia.

## 2. Deporte y ejercicio físico:

- Actividades deportivas adaptadas.
- Senderismo con guías y senderos accesibles para personas con discapacidad visual.
- Yoga, meditación...



### **3. Tecnología para el ocio:**

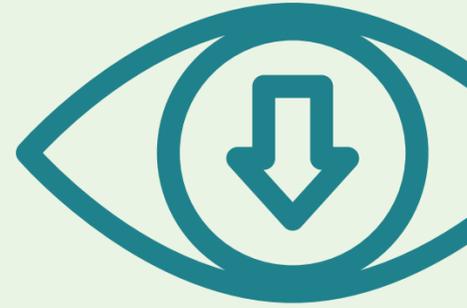
- Aplicaciones como Smart TV, Netflix, Amazon, Disney+... ofrecen contenido con audiodescripción en español.
- Videojuegos accesibles incluyen mejoras en contraste y sonido para personas con baja visión.

### **4. Redes de apoyo y actividades sociales:**

- Grupos de WhatsApp y redes sociales, como los de Acción Visión España, permiten a personas con baja visión compartir experiencias y recursos.
- Las Asociaciones organizan encuentros y actividades para promover la participación y el bienestar emocional.

### **5. Espacios públicos accesibles:**

- Algunas Bibliotecas ofrecen acceso a libros digitales, audiolibros y servicios de préstamo accesible.
- Algunos parques están diseñados con señalética adaptada y elementos táctiles para facilitar la orientación.



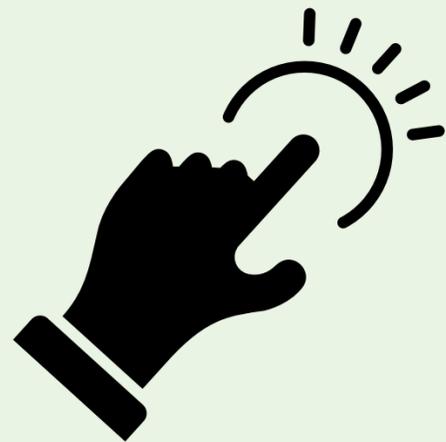
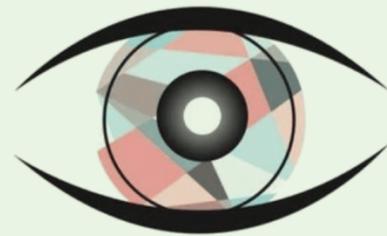


# ENLACES DE INTERÉS

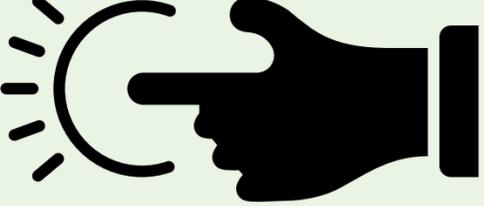
En esta sección encontrarás una selección de páginas web que ofrecen información útil sobre la baja visión, recursos de apoyo, asociaciones especializadas y servicios que pueden ayudarte a mejorar tu autonomía y calidad de vida. Estos enlaces te permitirán acceder a contenidos actualizados y orientados a resolver dudas o facilitar tu día a día.

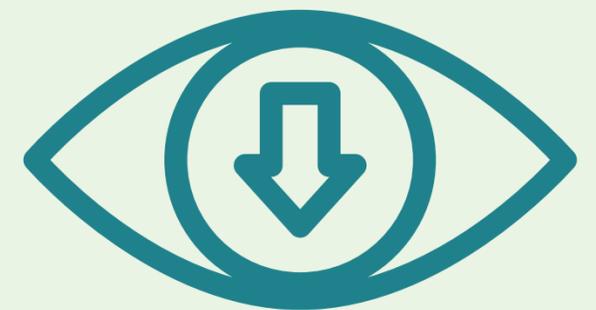


# WEBS CON INFORMACIÓN ÚTIL



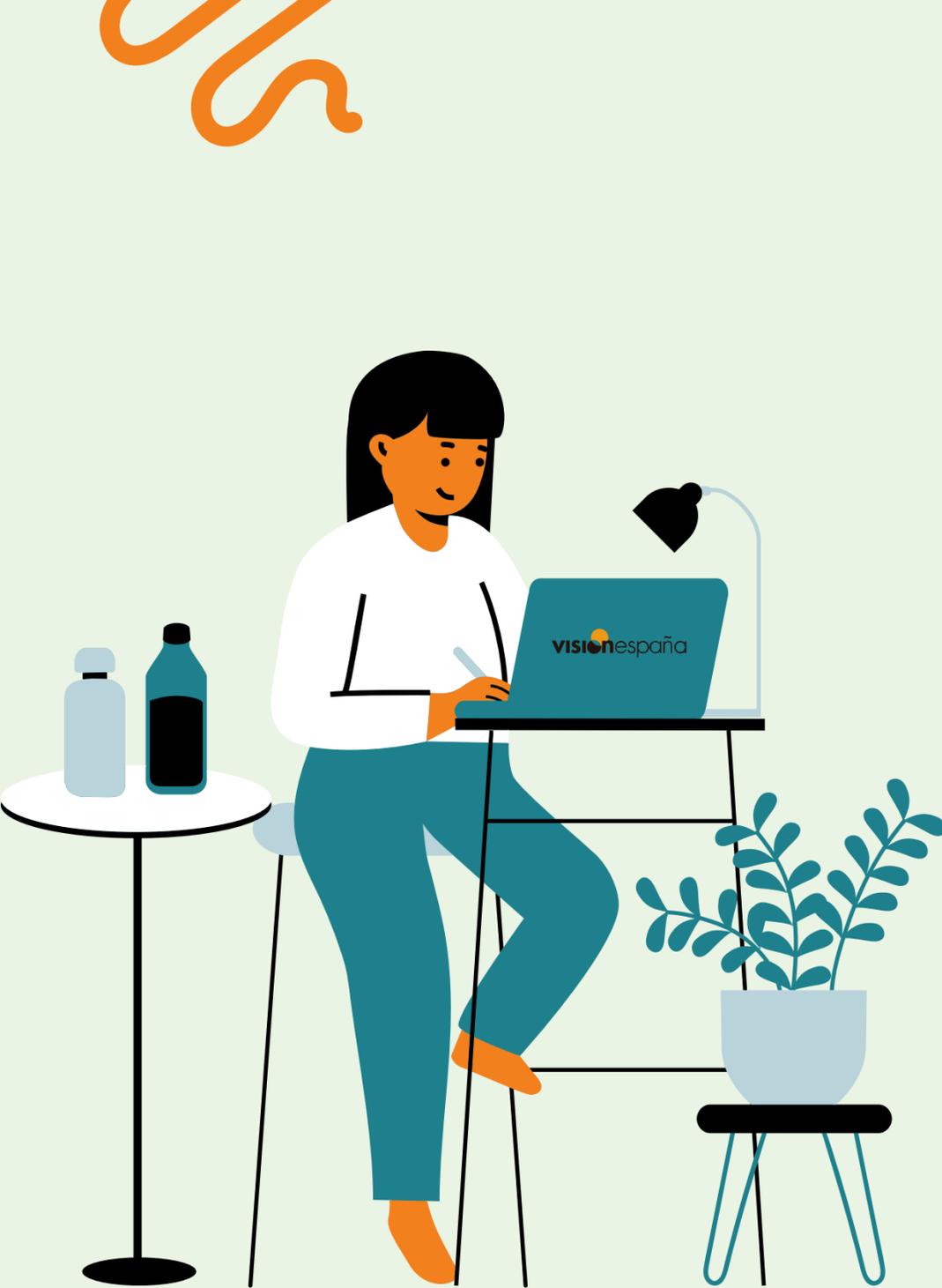
# PONTE EN CONTACTO CON ACCIÓN VISIÓN ESPAÑA A TRAVÉS DE:

- [www.esvision.es](http://www.esvision.es) 
- “Teléfono del Ojo”: 900900505
- Teléfono Acción Visión España: +34 722612266
- Email: [consultas@esvision.es](mailto:consultas@esvision.es)



No dudes en contactar con nosotros para resolver tus dudas, recibir orientación o acceder a recursos especializados.





**Edita:** Asociación Acción Visión España (AVE).

**Ilustraciones:** Originales y Canva.

**Diseño y elaboración:** Rocío Marengo Toscano.

**Fuentes y enlaces de consulta:** A lo largo de esta guía, encontrarás enlaces integrados en los textos que te permitirán acceder directamente a las fuentes consultadas. De este modo, podrás ampliar información y profundizar en los temas que más te interesen con solo hacer clic en los enlaces disponibles.

**El contenido de este Manual puede reproducirse total o parcialmente por terceros, citando su procedencia y haciendo referencia expresa a la autoría de Acción Visión España, siempre que su uso no tenga fines comerciales.**