

Accesibilidad 101



¿Qué es la accesibilidad?

LA ACCESIBILIDAD indica si un producto o un servicio puede o no ser utilizado por todas las personas independientemente de su discapacidad. Los principios de accesibilidad no se limitan a los espacios físicos (como escaleras o bordes de la banqueta); estos también se aplican a los sitios web y documentos disponibles para el público en general. Hay lineamientos que seguir para hacer que los documentos, las páginas web, las presentaciones, los productos y los resultados de investigaciones sean más accesibles para las personas con discapacidades.



¿Por qué es importante?



Ley

Aunque no está explícitamente indicado, el contenido web accesible a menudo se interpreta como un requisito del Título III de la Ley de Estadounidenses con Discapacidades (ADA)¹. La accesibilidad también está incluida en los Estándares de la Sección 508. Estos estándares son obligatorios para los departamentos y las agencias federales² e incluye la investigación con financiamiento federal.



Inclusión

Muchas personas con discapacidades usan la tecnología asistencial para acceder al contenido digital o necesitan contenido en formatos alternativos para que sea completamente accesible para ellos.

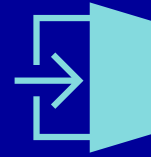


Lectores

Al hacer que sus productos de investigación sean accesibles, su trabajo puede ser leído por más personas. La accesibilidad también puede mejorar su visibilidad en los resultados de búsqueda.

¿Qué puedo hacer al respecto?

Existen mejores prácticas que puede seguir. Las consideraciones variarán en función de la discapacidad y/o la o las necesidades que se estén contemplando. A continuación, presentamos algunas de las adaptaciones y consideraciones más comunes que debemos tener en cuenta al preparar contenido para el público. Abordaremos estos temas con mayor detalle en nuestras próximas hojas de consejos, tutoriales y en nuestras sesiones en directo/seminarios por Internet.



Ciego / Baja visión

Texto alternativo (alt-text)

Las imágenes, incluidas las imágenes de texto, deben describirse para que los lectores de pantalla puedan interpretar el contenido.

Estructura

Los lectores de pantalla necesitan conocer la estructura de su documento o su página web. Utilice estilos integrados para etiquetar los párrafos como títulos o texto principal.

título 1

párrafo

título 2

párrafo

Los lectores de pantalla no pueden interpretar señales visuales. El texto en negrita puede indicar que el texto es un título cuando alguien lo está leyendo, pero no significa absolutamente nada para quienes usan un lector de pantalla. El lector de pantalla necesita indicios de que el texto es un título.

Navegación por teclado

Las personas ciegas no pueden usar un mouse para interactuar con sus computadoras. Necesitan la navegación por teclado para encontrar contenido.

- Los usuarios deben poder navegar por una página web, un formulario o una aplicación utilizando solo su teclado.

Descripciones de audio AD)))

Para los videos, se recomiendan las descripciones de audio (DA).

Una **descripción de audio**, también denominada descripción de video, video descrito o descripción visual, es una pista de audio que se utiliza para describir la información visual de un video para una persona ciega o con baja visión.



Sordos / Dificultades auditivas

Subtítulos

Proporcione subtítulos para los videos. Para eventos en directo, se puede usar la traducción en tiempo real de acceso a la comunicación (CART).

Hay funcionalidades en [Zoom](#), [Google Meets](#), [Facebook](#), [Microsoft Teams](#) y [YouTube](#) que pueden añadir subtítulos y hacer que sus videos sean más accesibles.

Transcripciones

Proporcione transcripciones para el contenido de audio. También pueden ser útiles para el contenido de video.

Intérprete de ASL

Podría haber necesidades individuales o grupales específicas. Por ejemplo, un grupo cuyo idioma principal es el **lenguaje de señas americano (ASL)** puede responder más positivamente a un intérprete de ASL que a los subtítulos en inglés.



Daltonismo y problemas de contraste

Daltonismo

No utilice colores como el **único** medio para transmitir información.



Relación de contraste

El contraste entre el fondo y el contenido en primer plano debe ser suficiente para que sea legible.

La **relación de contraste** es la medida de la diferencia entre el color de fondo y el texto. La guía del Consorcio WWW (*World Wide Web Consortium* o W3C), la organización internacional de estándares para la web, establece que el texto y las imágenes de texto deben tener una relación de contraste de al menos 4.5:1³.

Herramientas útiles para calcular la relación de contraste:

- [Herramienta de color y contraste Colorcube](https://oomphinc.github.io/colorcube) (inglés)
(<https://oomphinc.github.io/colorcube>)
- [Comprobador de contraste de color*](https://www.levelaccess.com/color-contrast-checker) (inglés)
(<https://www.levelaccess.com/color-contrast-checker>)

Herramientas de visualización para daltonismo:

- [Herramienta de daltonismo para imágenes](https://www.color-blindness.com/coblis-color-blindness-simulator) (inglés)
(<https://www.color-blindness.com/coblis-color-blindness-simulator>)
- [Buscar extensión de Chrome para sitios web](https://chrome.google.com/webstore/category/extensions?hl=es-419)
(<https://chrome.google.com/webstore/category/extensions?hl=es-419>)

*¡También es útil para impresiones en blanco y negro!



Otras consideraciones

Lenguaje simple

Utilice lenguaje simple siempre que sea posible. **Lenguaje simple** significa que su público puede entender el contenido que usted proporciona la primera vez que lo lee. Lo mejor, además, es organizar el contenido usando la estructura más simple posible⁴.

Dislexia

A las personas disléxicas les resulta más fácil leer fuentes sans-serif con espacio uniforme incluidas, entre otras, Arial, Verdana, Tahoma y Century Gothic. Un tamaño de 12 a 14 puntos también puede mejorar la legibilidad^{5,6}.





Advertencia de crisis epilépticas

Los colores, imágenes o luces parpadeantes pueden desencadenar crisis epilépticas en algunas personas⁵.

Factores de distracción

Algunas animaciones y GIF (imágenes en movimiento) pueden distraer a personas con trastorno de déficit de atención con hiperactividad (TDAH).

Recursos útiles

-  [Ayuda memoria para la accesibilidad](http://www.codlearningtech.org/2018/11/13/the-accessibility-cheat-sheet/) (inglés)
(www.codlearningtech.org/2018/11/13/the-accessibility-cheat-sheet/)
-  [Digital Ally](https://www.digitala11y.com/) - un sitio web dedicado a recursos sobre accesibilidad web (inglés)
(<https://www.digitala11y.com/>)
-  [The Ally project](https://www.a11yproject.com/) - un sitio web dedicado a la accesibilidad web y, más ampliamente, a la accesibilidad digital (inglés)
(<https://www.a11yproject.com/>)
-  [Árbol de decisiones de alt-text](https://www.w3.org/WAI/tutorials/images/decision-tree/) (inglés)
(<https://www.w3.org/WAI/tutorials/images/decision-tree/>)

Referencias

- U.S. Department of Justice, Civil Rights Division, Disability Rights Section. [A Guide to Disability Rights Laws](https://www.ada.gov/cguide.htm). (2020, February). <https://www.ada.gov/cguide.htm>
- U.S. Access Board. [Rehabilitation Act of 1973](https://www.access-board.gov/law/ra.html#text-of-section-508-of-the-rehabilitation-act-of-1973-as-amended-29-usc-794d). (n.d.) <https://www.access-board.gov/law/ra.html#text-of-section-508-of-the-rehabilitation-act-of-1973-as-amended-29-usc-794d>
- W3C Recommendation. (2018, June 5). [Web Content Accessibility Guidelines \(WCAG\) 2.1](https://www.w3.org/TR/WCAG21/#contrast-minimum). <https://www.w3.org/TR/WCAG21/#contrast-minimum>
- Universal Design Center, California State University Northridge. (n.d.) [Accessibility \(A11y\) & Universal Design](https://www.csun.edu/sites/default/files/accessibility-ud-slides.pdf). <https://www.csun.edu/sites/default/files/accessibility-ud-slides.pdf>
- Bureau of Internet Accessibility. (2019, February 12). [How to Create Accessible Content and Designs for People with Dyslexia](https://www.boia.org/blog/how-to-create-accessible-content-and-designs-for-people-with-dyslexia). <https://www.boia.org/blog/how-to-create-accessible-content-and-designs-for-people-with-dyslexia>
- Dyslexic.com provided by Lansyst Ltd. (n.d) [Quick Guide to Making Your Content Accessible](https://www.dyslexic.com/blog/quick-guide-making-content-accessible/). <https://www.dyslexic.com/blog/quick-guide-making-content-accessible/>



UMass Chan
MEDICAL SCHOOL



Cita sugerida: Murray, A. Accesibilidad 101: Guía del Investigador para facilitar la accesibilidad al contenido. *Psychiatry Information in Brief* 2023.

El contenido de esta hoja de consejos fue financiado por el Instituto Nacional de Investigación en Discapacidad, Vida Independiente y Rehabilitación (NIDILRR), Subsidio núm. 90DPEM0004. NIDILRR es un Centro dentro de la Administración para la Vida Comunitaria (ACL). ACL pertenece al Departamento de Salud y Servicios Humanos (HHS). El contenido de este sitio web no representa necesariamente la política de NIDILRR, ACL o HHS y no se debe asumir el respaldo del Gobierno Federal.