



25 Aniversario CAMF Pozoblanco

La publicación que hoy tienen en sus manos “25+1”, conmemora el XXV Aniversario del CAMF de Pozoblanco.

Si el objetivo de esta institución consiste en la atención a personas con discapacidad física, el de esta publicación es que, de alguna manera, queden plasmadas personas, entidades e instituciones que han tenido relación a lo largo de estos años con el Centro. Actividades que se han realizado, personalidades que nos han visitado y cómo no, experiencias y vivencias plasmadas desde distintos puntos de vista.

Alguien podría pensar, que 25 años no son nada, pero mirando hacia atrás, no podemos dejar de reconocer que han significado mucho, pues muchas han sido las experiencias vividas, el trabajo realizado, los frutos conseguidos, las metas alcanzadas, las alegrías compartidas y, porque no decirlo, los sufrimientos, pérdidas y errores cometidos en todos los ámbitos de la convivencia, tanto por trabajadores como por residentes.

La celebración que ha tenido lugar durante el año 2012, no sería posible si la Corporación Municipal pozoblanco presidida por D. Mateo Dueñas Cantero, en Sesión extraordinaria del día 3 de agosto de 1978 no hubiera tomado el acuerdo de donación de un solar de 15.000 metros, al Ministerio de Sanidad y Seguridad Social. Sería la siguiente Corporación Municipal presidida por D. Blas Garrido Dueñas, la que vería en los primeros meses del año 1983, el comienzo de las obras del edificio.

Vaya nuestro reconocimiento al trabajo de estos alcaldes y concejales, políticos comprometidos y unidos con el progreso de su localidad.

Tras el proceso de construcción, el día 12 de febrero de 1986, se procedió a la apertura y comienzo de la actividad para poner en marcha el Centro, así se incorporaba el primer grupo de 12 trabajadores. Día a día, con un verdadero espíritu de equipo, superando muchas dificultades, fueron dando aspecto residencial a una construcción, vacía, fría, sin ni siquiera luz eléctrica, sin vida. Con mucho trabajo y con más ilusión en el mes de junio, comenzaron a ingresar los primeros residentes.

Haciéndonos portavoz de todos y cada uno de las personas que han desarrollado aquí su profesión en el campo de los servicios sociales de la administración pública, es justo decir que en este Centro se ha trabajado incesantemente, que en la mayoría de las ocasiones el desempeño de nuestra labor ha ido más allá de lo recogido en convenio. Creo que no hemos olvidado que trabajamos con personas, por tanto nuestras actuaciones van encaminadas a que los residentes puedan obtener el mayor grado de calidad de vida en todas las facetas.

A los 500 residentes que han pasado por aquí y a los 106 que siguen entre nosotros, gracias por el ejemplo de superación y constancia que habéis dado. Para compañeros, gracias por la ilusión de cada día, “lo fácil es trabajar simplemente por un sueldo, lo difícil es hacerlo con gratitud por algo para lo que valga la pena dedicar toda una vida”.

Y así, como en una pintura impresionista, la publicación que hoy nos ocupa está impregnada de pinceladas de vida y nos ofrece una idea global de lo que es la realidad de nuestro centro.

Trinidad Fernández Fernández.
Trabajadora Social CAMF Pozoblanco



Sumario



saluda

- 06_Dirección General
- 08_Diputación de Córdoba
- 10_Ayuntamiento de Pozoblanco
- 12_Dirección del CAMF
- 14_Reconocimientos



unidos para siempre

- 18_Fernando Santos Urbaneja
- 20_Miguel Ruiz Fernández
- 22_Ben Ali Abdelkader
- 24_Patro López Hidalgo
- 26_Antonio Jurado Amor
- 28_Francisca María Rodríguez García
- 30_Carmen María Durán García
- 32_Farmacias de Pozoblanco
- 34_Samuel Cerezo Redondo
- 36_Antonio Rodríguez Menéndez
- 38_Ricardo Delgado Vizcaíno
- 40_Antonio García López
- 42_Ana Isabel Robledo García
- 44_Rafael Rodríguez Muñoz
- 46_Fernando Gascó Alberich
- 48_Benito García de Torres
- 50_Juan Caballero Romero
- 52_Un Brindis
- 53_Decálogo de la discapacidad
- 54_La aventura del deporte
- 56_A José Antonio Astorga Barea
- 57_A nuestro compañero Paco Duro
- 58_Aurea Serrano Fernández
- 60_Campo de trabajo concepcionista



maneras de vivir

- 64_Arteterapia
- 68_Disfagia
- 74_Otro sentido de la Fisioterapia
- 78_Un mundo para tod@s



25 años

- 84_Juan Manuel Alcántara Merino
- 90_Imágenes para el recuerdo



Commemoración del 25 aniversario

- 98_Comité de Honor
- 99_Organización y Colaboradores
- 100_Programación de actos
- 101_Galería gráfica



los auténticos protagonistas

- 106_Testimonio de residentes

Edición
CAMF Pozoblanco

Ctra. de Circunvalación, 21
14400 Pozoblanco (Córdoba)
tel. 957 771 561

www.camfpozoblanco.es
camf.pozoblanco@imserso.es

Equipo de Redacción
Juan Jiménez Cañas
Juan M. Alcántara Merino
Trinidad Fernández Fernández

Diseño y maquetación
CONCÉNTRICA. Agencia
de Publicidad
www.concentricapublicidad.es

Fotografía
Rafa Sánchez Ruiz
www.fotoslospedroches.com

Archivo CAMF

Impresión
Diputación de Córdoba

César Antón Beltrán

Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad

Secretaría de Estado de Servicios Sociales e Igualdad
Instituto de Mayores y Servicios Sociales

Entre las principales competencias del IMSERSO se encuentra la gestión directa de centros y servicios.

Los Centros de Atención a Personas con Discapacidad Física (CAMF) del IMSERSO, como es el caso del Centro de Pozoblanco, están destinados a la atención integral, en régimen de internado o media pensión, de aquellas personas con discapacidad física que careciendo de posibilidades razonables de recuperación profesional, a consecuencia de la gravedad de su discapacidad, encuentran serias dificultades para conseguir una integración laboral y para ser atendidas en régimen familiar o domiciliario. El IMSERSO gestiona cinco centros de este tipo con un número total de 560 plazas residenciales y 48 en centro de día.

Este año se han cumplido veinticinco años de trayectoria memorable de este CAMF de Pozoblanco. Quiero felicitar, en primer lugar, al conjunto del personal por su capacidad para liderar con éxito esta empresa centrada en la atención de calidad a la persona.

Señalar que centros como el de Pozoblanco constituyen un modelo de atención y cuidados, y son verdaderos lugares de vida para las personas con discapacidad, hilados por la especialización, la formación exhaustiva y el trato humano del equipo técnico.

Han destacado a lo largo de estos veinticinco años de dedicación los valores de atención, calidad, respeto y dedicación a los usuarios del centro.

Resaltar que en estos momentos de adversidad económica se hace necesario afrontar con eficiencia los obstáculos y dificultades existentes para garantizar el buen funcionamiento de estos centros tan necesarios para las personas con discapacidad.

La misión en la que estamos empeñados es la de construir un centro innovador con una estrategia de futuro de mejora continua de sus servicios y prestaciones ajustados a la realidad de la sociedad española y de las personas con discapacidad. En este empeño cuentan con mi pleno apoyo. Tenemos ante nosotros todo un horizonte de nuevos proyectos, inquietudes y avances. Propongámonos que salgan a la luz, como factor positivo de crecimiento, desde la esencia de nuestros activos.

En esta realidad de especial trascendencia debe resurgir con fuerza toda la creatividad de nuestra experiencia y apuntalar con ella nuestros esfuerzos profesionales.

No hay mejor ocasión como ésta, para saludar los logros del CAMF de Pozoblanco y del conjunto de Centros del IMSERSO y de sus profesionales, para que quede impreso y trascienda como ejemplo a futuras generaciones.

Os deseo que esta Revista, que nace debido a la conmemoración del 25 Aniversario del Centro repleta de excelentes contenidos, constituya un órgano de expresión propia y refleje la identidad y buen hacer del CAMF de Pozoblanco estos años.



Dolores Sánchez Moreno

Diputación Provincial de Córdoba

Diputada Provincial de Igualdad y Políticas Sociales

Como responsable de Igualdad y Políticas Sociales en la Diputación de Córdoba, y personalmente muy cercana y sensibilizada con el amplio campo de lo social, quisiera en primer lugar, en nombre de la Presidenta de la Diputación Provincial y en el mío propio, sumarnos a la celebración del vigésimo quinto aniversario de ese magnífico y emblemático Centro de Atención a Personas con Discapacidad Física.

Tanto a vosotros, desde este Centro específico, como a nosotros desde la Diputación, nos une un mismo objetivo: el trabajo por y para las personas con discapacidad, procurándoles una atención integral, ayudándoles en las necesidades básicas de la vida diaria, así como en su integración laboral. Vosotros desde una atención directa y

especializada, y nosotros desde un enfoque comunitario, atendiendo las demandas y necesidades concretas que personas en situación de dependencia nos solicitan, de recursos en general o en particular como la ayuda a domicilio, así como la cooperación con las iniciativas sociales específicas de este sector.

Es nuestro cometido principal y fundamental procurar que las personas más vulnerables de nuestra sociedad se integren y accedan en igualdad de condiciones a los derechos que les asisten.

La discapacidad ha llegado a ser una condición muy presente en nuestro entorno, y rara es la familia que no tiene una persona dependiente, lo cual se agrava cuando vamos teniendo más edad. Razones más que justificadas

para que desde la administración pública y desde la iniciativa social se ofrezcan recursos para que las personas con algún tipo de discapacidad puedan llevar una vida normalizada y de calidad.

Ese Centro forma parte de la vida cotidiana de Pozoblanco, y los que formáis esa gran familia estáis perfectamente integrados en ella.

Reitero mi enhorabuena por esta celebración, compartida con las instituciones, familias, trabajadores, y que es sinónimo de que vuestra labor está siendo productiva.

Un fuerte abrazo.





Pablo Carrillo Herrero

Ayuntamiento de Pozoblanco

Alcalde

Quiero agradecer, en primer lugar, la invitación que se me hace para escribir unas líneas en esta revista con motivo del 25 aniversario del CAMF en Pozoblanco.

Expreso, una vez más, mi satisfacción y especial reconocimiento a los trabajadores, voluntarios y a todas las personas que con su trabajo y dedicación hacen que los residentes mejoren su calidad de vida.

El Centro de Atención a las Personas con Discapacidad Física de Pozoblanco ha supuesto desde su creación, hace más de 25 años, un antes y un después en la atención a estas personas, y en la concienciación de la sociedad de Pozoblanco ante la discapacidad.

Desde el Ayuntamiento estamos empleando todas nuestras fuerzas para

caminar hacia un Pozoblanco más saludable, un Pozoblanco sin barreras, tanto físicas como sociales, donde el ciudadano sea lo primero.

Es necesario un compromiso fuerte de toda la sociedad en general para avanzar y crear un Pozoblanco que sirva de referente en la atención a la discapacidad. Con la reciente creación del Consejo Local de la Discapacidad hemos dado un paso más para conseguir esa meta.

Con este deseo, animo a no escatimar esfuerzos y generar sinergias para seguir avanzando por ese camino.

Muchas gracias a todos y recibid un cordial saludo.

Juan Jiménez Cañas

CAMF Pozoblanco

Director - Gerente



Este año 2012 es una fecha muy especial para el Centro de Atención a Discapacitados Físicos (CAMF) de Pozoblanco, ya que se celebran sus más de 25 años de vida.

El sentido de esta revista es poder reflejar en papel y mantener en el recuerdo las vivencias acaecidas en el Centro desde su apertura allá por febrero de 1986. Queremos que este año tan intenso de celebración no sólo quede en la memoria de todos nosotros, sino que quede constancia de ello, para que podamos sentirnos orgullosos de formar parte de esta organización viva.

Han sido 25 años de experiencias vividas, de esfuerzo, de alegrías, de celebraciones, de sufrimientos, de adversidades, de respeto, de dedicación,

de sin sabores, pero en eso consiste la vida misma.

Es justo reconocer que este servicio público ha sido llevado por grandes profesionales, que han mostrado paciencia, serenidad y templanza en momentos difíciles, que han sido muchas y valiosas las aportaciones e iniciativas mostradas para mejorar la calidad de vida de nuestros residentes. Todos han contribuido a insuflar optimismo, alegría e independencia a las personas con discapacidad física, vivenciando que a veces las "barreras" están en la mente, no en el entorno. Han aportado una visión normalizada del mundo de la discapacidad, participando de forma activa, voluntaria y altruista en actividades culturales, deportivas y de ocio.

El Centro debe tener como objetivo prioritario la normalización de las personas que atendemos. Es fundamental mejorar la calidad de vida de los usuarios, proponiendo un cambio conceptual, basado en pasar de la mera asistencia, a la calidad en la gestión centrada en la persona.

Cuando llegué al Centro no sabía muy bien en qué viaje me embarcaba, pero sí sabía que era lo que yo quería. Cada día me doy cuenta de que acerté con la elección, vine movido porque quería trabajar por y para discapacitados, y esa sigue siendo cada día mi motivación. El nivel de exigencia es muy alto, lo siento si a veces es excesivo, pero ellos más que nadie necesitan de nuestra ayuda, aunque sea mínima. Cada cosa que se consigue, incluso una minucia, redundará en su calidad de vida, y

eso debe de ser suficiente para intentar dar lo mejor de nosotros.

Mis experiencias en estos casi dos años han sido muchas y muy intensas, más de una vez cuando he llegado a casa, me he derrumbado y las lágrimas han aflorado, la mayoría de las veces de alegría, de satisfacción por alcanzar algunos objetivos. Hay 3 situaciones muy especiales para mí, que llevo grabadas. El trabajo de todos a una tras la celebración de la comida de Navidad, para ayudar a colocar el nuevo mobiliario que con tanta ilusión esperaban los residentes, fue increíble la movilización de todos sin solicitar ayuda alguna. Otra de ellas, las caras de satisfacción y de alegría de los residentes antes y después de cada uno de los viajes realizados, la forma y la ilusión con la que

te cuentan su vivencia, eso me insufla de nuevo vida. Y finalmente el día de convivencia en la celebración de estas bodas de plata, la alegría, los reencuentros, las emociones que se vivieron, el aire que se respiraba, los besos y los abrazos sinceros, ese fue un día muy especial que jamás olvidaré.

Agradeceros a todos, residentes y trabajadores/as, el esfuerzo, la voluntariedad, la alegría y la emotividad con la que habéis afrontado la multitud de actos de conmemoración de vuestro 25 Aniversario. Creo que ha sido un lujo contar con tan magníficos colaboradores, de ahí que hoy ya podamos decir que ha sido todo un éxito.

Finalmente, mi agradecimiento a todos los usuarios que han estado en el

CAMF, sin vosotros no existiría este Centro, sois el verdadero leit-motiv de todos nosotros. Quiero que sepan, que cada uno de ellos ocupan una parte muy importante de nuestro corazón, y que nos esforzaremos para que sigan considerando ésta como su casa.

FELICIDADES A TODOS LOS QUE FORMAN PARTE DE ESTE GRUPO HUMANO QUE ES EL CAMF DE POZOBLANCO.

Reconocimientos al CAMF de Pozoblanco en el XXV Aniversario



SUBDELEGACIÓN DEL GOBIERNO EN CÓRDOBA

La Constitución Española ordena en su artículo 49 que los poderes públicos deben realizar una política de previsión, tratamiento, rehabilitación e integración de los disminuidos físicos, sensoriales o psíquicos, a los que deben prestar la atención especializada que requieran y ampararán especialmente el disfrute de sus derechos.

CAMF es un claro ejemplo de cómo el asociacionismo impulsa, fomenta y garantiza el desarrollo de las normas que establece nuestra Carta Magna.



30 noviembre 2012

Reconocimiento con motivo del XXV Aniversario del CAMF por la labor y trayectoria del Centro en favor de la calidad de vida de las personas con discapacidad.



CASA DE S. M. EL REY

CREDENCIAL

Nº 179/2012

S.M. la Reina, accediendo a la petición que tan amablemente Le ha sido formulada, ha tenido a bien aceptar la

PRESIDENCIA DEL COMITÉ DE HONOR

de los actos que, con ocasión del "**25 ANIVERSARIO DEL CENTRO DE ATENCIÓN A PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA (CAMF)**", se celebrarán en Pozoblanco (Córdoba) del 1 de junio al 3 de diciembre próximos.

Lo que me complace participarle para su conocimiento y efectos.

PALACIO DE LA ZARZUELA, 30 de mayo de 2012

EL JEFE DE LA CASA DE S.M. EL REY,

SEÑOR DIRECTOR GERENTE DEL CENTRO DE ATENCIÓN A PERSONAS CON DISCAPACIDAD FÍSICA (CAMF).

POZOBLANCO (Córdoba)



Unidos para siempre

Fernando Santos Urbaneja

Coordinador de la Sección de Protección de Personas con Discapacidad de la Fiscalía Provincial de Córdoba

Coordinador del Foro Andaluz del Bienestar Mental



La discapacidad: Una revolución en marcha

La discapacidad es un concepto “circunstancial” o, con más precisión, “una circunstancia dentro de una circunstancia”.

Nuestra sociedad ha cambiado en los últimos treinta años mucho más que en todo el siglo precedente y lo ha hecho además, muy deprisa, en un proceso que alguien ha calificado como de “aceleración histórica”.

Algunos de estos cambios han afectado a las Personas con Discapacidad y la legislación los ha reflejado.

En 2003 se conmemoró el “Año Europeo de la Discapacidad” y con ese motivo el Parlamento promulgó dos Leyes trascendentales; La Ley 41/2003 de 18 de Noviembre de Protección Patrimonial de las Personas con Discapacidad y la Ley 51/2003 de 2 de Diciembre de Igualdad de oportunidades, no discriminación y accesibilidad universal de las Personas con Discapacidad.

En algunos casos la Ley no hace sino ponerse en sintonía con lo que la sociedad piensa. En otros en cambio, la ley pretende crear una mentalidad nueva que favorezca las aspiraciones de las Personas Discapacitadas.

Como punto más reciente de llegada tenemos la Convención de la ONU sobre Derechos de las Personas con Discapacidad, firmada en Nueva York el día 13 de Diciembre de 2006.

Resulta crucial para la comprensión de la filosofía de la Convención el distinguir entre “esencia” y “circunstancia”.

Para la Convención de la ONU, las Personas con Discapacidad “son” esencialmente iguales a las demás personas, iguales en dignidad y derechos.

Ocurre que, “están” afectadas por una discapacidad cuyos efectos pueden eludirse o aminorarse con los apoyos necesarios.

Siempre he dicho que la discapacidad es un concepto “circunstancial” o, con más precisión, “una circunstancia dentro de una circunstancia”.

De modo admirable recoge este concepto el apartado e) del Preámbulo de la citada Convención, que dice:

“Reconociendo que la discapacidad es un concepto que evoluciona y que resulta de la interacción entre las personas con deficiencias y las barreras debidas a la actitud y al entorno que evitan su participación plena y efectiva en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás”.

Así es, la Discapacidad es una circunstancia “que evoluciona” y resulta de la interacción de la persona con la circunstancia del contexto en el que le ha tocado vivir, esto es, con las “barreras del entorno” y la “actitud de las personas” que le rodean.

La medida y calidad de los derechos de las Personas con Discapacidad o la existencia efectiva de los mismos, va a depender de dos factores circunstanciales; Las barreras del entorno y la actitud de las personas.

Ya lo dijo magistralmente D. José Ortega y Gasset en “Las Meditaciones del Quijote”(1914):

“Yo soy yo y mi circunstancia”.

Y añadió:

“Y si no la salvo a ella, no me salvo yo”.

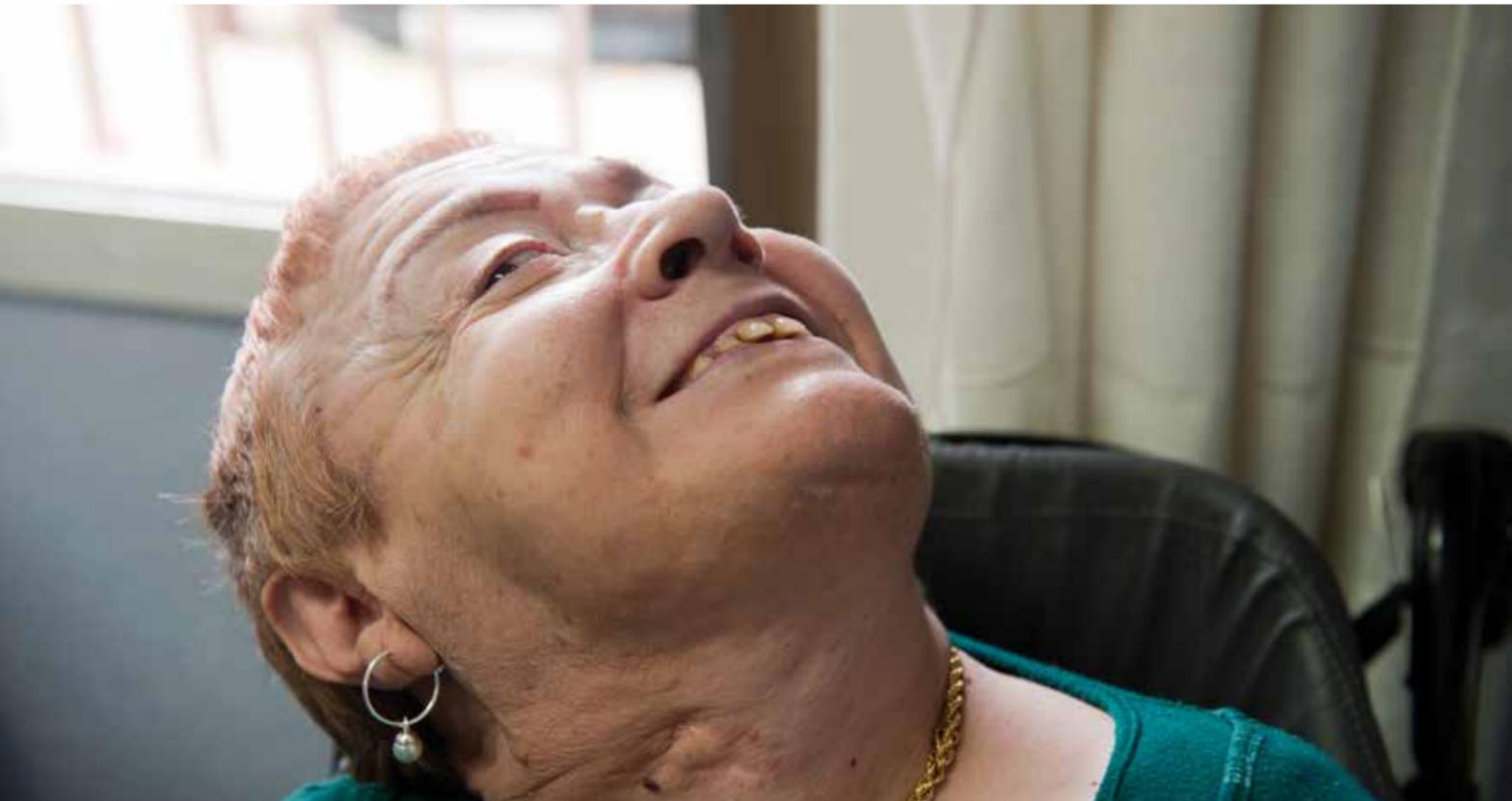
Así, incidiendo positivamente sobre estos dos factores (barreras/actitud) la Discapacidad está alcanzando cotas de desarrollo que bien puede calificarse como de “auténtica revolución”.

Aún conservamos frescas las imágenes de los últimos juegos Paralímpicos celebrados en Londres y las proezas de los deportistas. Son ejemplo e imagen de cuanto he venido diciendo.

Al celebrarse el 25 Aniversario de su Fundación, quiero felicitar sinceramente a los Profesionales y Residentes del CAMF de Pozoblanco por haber estado siempre en la vanguardia de los movimientos de promoción de los Derechos de las Personas con Discapacidad.

C.A.M.F. Centro de Almas Moralmente Fuertes

Miguel Ruiz Fernández
Cirujano Hospital C. Valle de los Pedroches

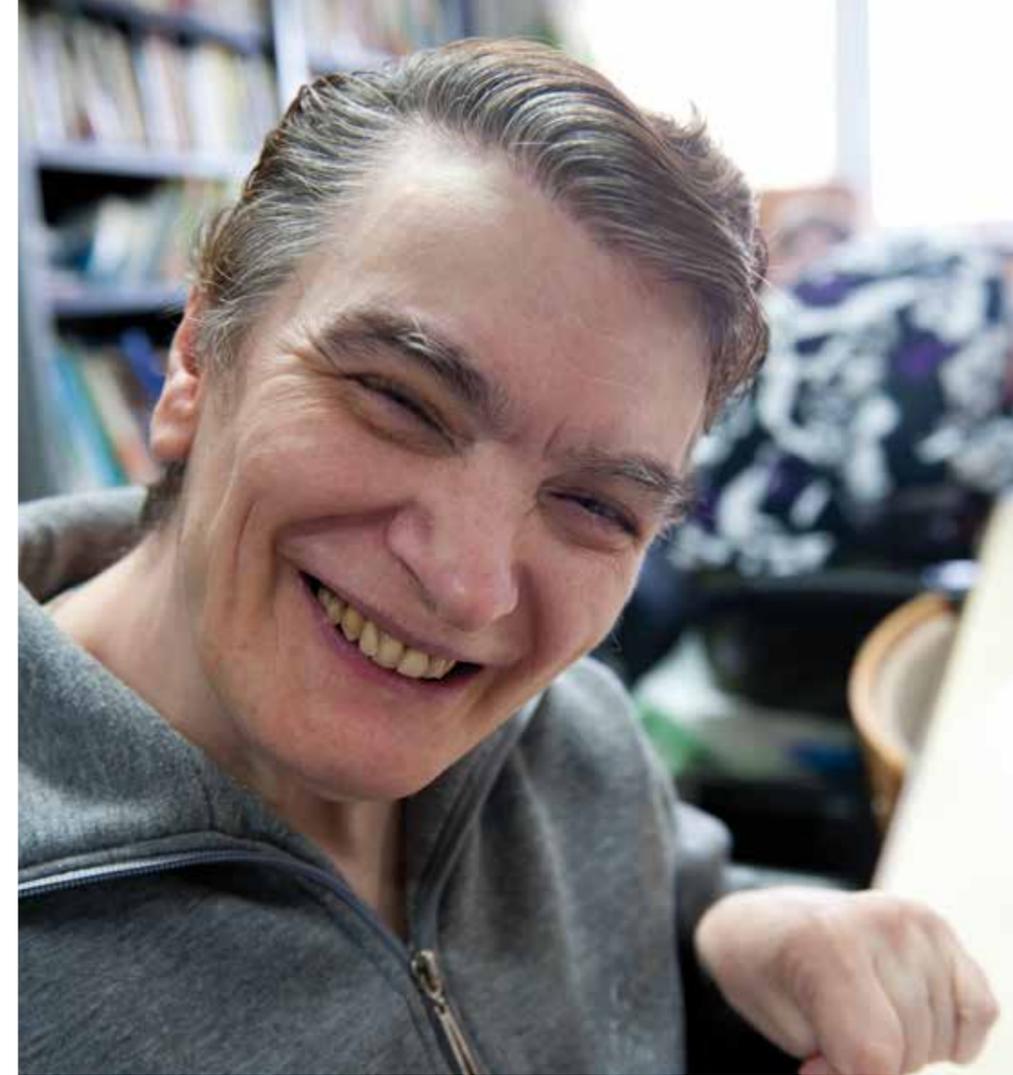


Empiezo recordando que este Centro es algo muy importante para Pozoblanco como ciudad y por supuesto para sus ciudadanos, pues los han hecho más solidarios, comprensibles, más condescendientes con las minusvalías, entendiendo mejor los problemas de personas con discapacidades y nos siguen haciendo ser “mejores ciudadanos y personas”.

También admiramos su gran aportación física y psíquica para encarar la vida y su sentido, con una forma especial y con un prisma peculiar. Nos demuestran que no hay que temer al sufrimiento ni a la muerte, sino preocuparse de sacarle jugo a la vida mientras dure.

La presencia de este Centro, sus residentes y los trabajadores con su gran profesionalidad y dedicación, nos han llevado a todos los pozoalbenses a una importante concienciación política con normas urbanísticas especialmente para ellos, adecuación arquitectónica con cambios de regulación para evitar las barreras arquitectónicas; como aceros más anchos, esquinas peraltadas o con rampas y espacios adecuados y especiales en lugares públicos para carritos y camillas como el Teatro Municipal, Recinto Ferial, calles y rampas en edificios y comercios. Todo esto lo viví personalmente, muy cercano y reconfortante, cuando aporté mi granito de arena para mi pueblo cuando fui concejal.

Al hilo del anterior párrafo, tengo una maravillosa experiencia a nivel de partido político con un residente del CAMF que militó en ese partido y su capacidad de trabajo, ideas claras, ayuda y apoyo para el trabajo en bien de la comunidad, nos admiró a todos los que le conocimos y disfrutamos de su amistad hasta su muerte.



Dentro de las múltiples actividades internas y sobre todo externas y para bien de la sociedad, guardo un magnífico recuerdo de mi experiencia sobre un curso de sexualidad celebrado en dicho centro, que me encantó, me abrió nuevos horizontes y sirvió para transmitir a la sociedad, presumiblemente normal, que otros puntos de vista en la satisfacción de la pareja eran posibles si estamos impregnados de mucho amor.

Mi experiencia como médico y especialista en cirugía general en nuestro Hospital Comarcal se ha enriquecido mucho con la existencia de este Centro en Pozoblanco, por las enfermedades especiales de estas personas, los tratamientos tan específicos que hay que

aportar, su psicología tan peculiar ante dichos procesos patológicos, su soledad en las hospitalizaciones, aunque el personal de la planta específica intentaba celosamente cubrir dicha falta de compañía.

Y sobre todo en los ingresos largos sin familia ni acompañante alguno, aparecía felizmente esa “otra familia” como son los residentes del Centro, que como amigos y conocidos no paran de subir en los ascensores con sus carritos para dar charla, apoyo, ánimo y cariño a los ingresados en el Hospital, dándonos a los demás un magnífico ejemplo.

Enhorabuena y por supuesto “GRACIAS” por este aniversario.



El final del túnel

Ben Ali Abdelkader

Residente del CAMF desde 1987

La lesión medular genera graves obstáculos que son muchos y difíciles de superar, tanto a nivel psicológico como económico, sanitario, afectivo, etc. Ante esta situación, estamos obligados a luchar cada día de nuestra vida para conseguir que haya luz al final del túnel.

He descubierto que mi situación de parapléjico no es una realidad en la que encerrarme, sino una situación en la que he de vivir, comunicarme y hablar. En la época anterior al accidente, era un hombre joven, con futuro, lleno de ilusiones, pero repentinamente mi vida se alteró. Los primeros años de accidentado fueron difíciles. Cuando tomé conciencia de lo que iba a ser de mi vida futura, decidí que era necesario vivir mi experiencia en lugar de soportarla. Hice balance de mi situación y advertí que comenzaba la vida, los sentidos, la inteligencia; me di cuenta de que el hombre es cuerpo y mente, y que si éste se había roto, había que utilizar las facultades mentales; ellas me dieron la fuerza para compensar la pérdida. Comprendí que había que cambiar los esquemas de capacidad e incapacidad.

Todos podemos porque es posible, posible pero no fácil; hay que trabajar duro y luchar mucho. Con tesón, audacia, voluntad e imaginación, lo imposible se hace posible. La lesión medular apaga fuerzas de piernas pero no de espíritu.

A continuación resumo como ha sido y es mi vida en silla de ruedas: En 1979, con 28 años, tuve un accidente fortuito (En Gran Canaria) que me produjo una fractura de aplastamiento dorsal nivel 9 y una lesión medular completa. Estuve hospitalizado tres días, trasladándome posteriormente al hospital de parapléjicos de Toledo, uno de los centros especializados en paraplejia más importantes de España. Allí comenzó el proceso rehabilitador (transferencia de cama a silla de ruedas y viceversa, asearme, y hasta conducir un vehículo adaptado...). A los 3 meses tuve que viajar a Marruecos por temor a la pérdida de la tutela de mi hijo (según las leyes marroquíes). Durante mi estancia en aquel país lo pasé muy mal a consecuencia de múltiples problemas que no voy a mencionar aquí. Ante el deterioro de mi situación de salud, tuve que regresar a Toledo para continuar mi proceso rehabilitador. Una vez que me dieron el alta hospitalaria, tramité mi ingreso en Centros del IMSERSO.

A los 28 días, me concedieron una plaza en el CAMF de Pozoblanco (Córdoba).

En esta nueva etapa de mi vida, comienzo a superar la confianza en mí mismo, a vivir, sentirme realizado y mejorar mi situación tanto económica como social. Todo ello gracias a la ayuda del centro, así como por los propios compañeros. Todos ellos me ayudaron a ver “la luz al final del túnel”, a “vivir la vida como si nada hubiera pasado”.

La lesión medular apaga fuerzas de piernas, pero no de espíritu.

Mi experiencia como Responsable de Residencia en el CAMF

Patro López Hidalgo

Un 18 de abril de 1986, junto con otros compañeros comencé mi andadura como Responsable de Residencia. Primero visitamos el centro de Alcuéscar (Cáceres), para conocer un centro de similares características y aprender un poquito. Cierro los ojos y me traslado con la memoria al 25 de abril de 1986, ¡qué alegría! ¡Era el primer trabajo fijo!

Estuvimos aproximadamente un mes sin residentes, este tiempo lo aprovechamos para conocer las instalaciones, organizar nuestro centro, conocer las características de nuestros futuros residentes, hacer prácticas entre nosotros con las sillas de ruedas, en levantar y acostar de la cama,... Estábamos 10 cuidadores y 2 responsables de residencia, aparte de compañeros de otras categorías.

En esos días disfruté mucho de la convivencia con todos los compañeros tanto en el centro de trabajo como fuera del mismo, éramos muchos de otros lugares, y quedábamos para tomar un café, una cerveza, visitarnos... Se crearon entre nosotros unos lazos de amistad y camaradería, algunos de ellos aún los mantengo.

Nos llegan los primeros residentes, Manolo, Chema, Sebastián, Luciana, José Antonio, Felipe, Juana, Aurelio, Jesús, Juan Carlos, José Javier, Toni, Ángel, Rosa,... Cada uno con sus particularidades, su historia, su problemática; los acomodamos en la L-1 y L-2, con pocos medios técnicos, recuerdo que las grúas nos tardaron en llegar...Era a pulso, con el esfuerzo de los cuidadores como había que levantarlos, acostarlos, hacerles pulsiones, vestirlos, darles de comer,...

Comentábamos entre nosotros cómo nos impresionaban sus historias de vida tan dolorosas y difíciles, algunos nacieron con la discapacidad, otros por una enfermedad, un accidente, se encontraban en una situación de dependencia, nos empezaban a ser familiares enfermedades como la esclerosis múltiple, la parálisis cerebral, la distrofia, la espondilitis anquilosante, la paraplejia, la tetraplejia y tantas otras, que hacían que la persona tuviera más o menos dificultad en aceptar su situación, su minusvalía, tuviera unas actitudes y unas reacciones que facilitaban o dificultaban la relación con sus familias, los otros, los trabajadores y con ellos mismos. Recuerdo con mucho cariño a los primeros cuidadores, Diego, Marga, Rafi, Sebastián, Paco, M^a Ángeles, José Antonio, Lola, Rafi y M^a Carmen, como se paraban a escucharles, a poner la música de Camarón a José Antonio, a dar un paseo, a sostener el teléfono a Sebastián, a colocarle “ el niño” a Chema, a tratar de entender a Jesús y a muchos otros,... El conocerlos y convivir con ellos, hacía que nos pusiéramos en la piel de nuestros residentes,

y aunque en momentos nos pusieran al límite, vivíamos una empatía, una comprensión,... Esto nos hacía más humanos y cercanos.

Para mí el trabajar como Responsable fue una escuela de aprendizaje a nivel personal y profesional, aprendí la importancia de valorar a cada uno en sus capacidades, que cada trabajador sepa lo que tiene que hacer, y pedirle responsabilidades por ello, el aclarar las cosas, el tratar de comprender a cada uno, el escuchar, el estar cercana, el tener paciencia,... Era un grupo muy numeroso para coordinar, supervisar y organizar. Para mí era clave tener en cuenta el objetivo del centro, el atender a las personas en todas sus necesidades con la dignidad que se merecían, a veces se producían diferencias y desencuentros entre residentes y cuidadores, que hacían sufrir a unos y a otros, y no siempre era fácil el acercar posturas.

En fin sólo puedo decir que no fue ni es fácil ser jefe y que a menudo el cansancio aparece, que no siempre se

lleva lo que conoces de la teoría y los cursos a la práctica, y que las relaciones son complejas, pero a la misma vez muy enriquecedoras. De hecho guardo un recuerdo entrañable de todos los compañeros y todavía conservo, como un tesoro, algunas relaciones, y mi alegría es grande cuando hablamos, nos vemos, nos contamos cosas del trabajo, recordamos anécdotas y compartimos parte de nuestra vida. También recuerdo con mucho cariño a todos los residentes que pasaron por el CAMF y formaron parte de mi corazón y mi memoria.

GRACIAS a todos los compañeros que recorrimos juntos este periodo del centro entre el 18 de abril de 1986 al 28 de febrero de 1992, son muchas las caras y nombres que acuden a mi mente y nombrarlos sería interminable, a todos mi cariño y reconocimiento, el abrazo espero que nos lo podamos dar el 1 de junio de este año.



De hecho guardo un recuerdo entrañable de todos los compañeros y todavía conservo, como un tesoro, algunas relaciones,...

Nuestro entorno no puede generar discapacidad

Antonio Jurado Amor
Trabajador Social de Prode

A pesar de los logros alcanzados aún prevalecen prejuicios sistemáticos y falsas creencias hacia las personas con discapacidad, circunstancia que las lleva a ser estigmatizadas, marginadas y excluidas de la sociedad en ámbitos tales como el trabajo, la educación, los espacios de ocio o urbanos, por citar sólo algunos de ellos.

A lo largo de la Historia la evolución sobre la concepción de la discapacidad ha ido transitando, paulatinamente, dejando atrás modelos que apuntaban exclusivamente como causas de la discapacidad a los déficits y/o limitaciones (físicas, intelectuales, sensoriales, etc.) del propio sujeto, para pasar a la concepción vigente, hoy en día, que pone el énfasis en factores biopsicosociales y ecológicos. Sin la consideración de éstos últimos no puede ser entendido el concepto de discapacidad o de diversidad funcional que inspira buena parte de las políticas e intervenciones profesionales actuales. Desde esta perspectiva y, a modo de ejemplo, el problema no se puede localizar en la falta de movilidad originada por una situación de diversidad funcional de un determinado individuo, sino en la incapacidad de la sociedad para dar respuesta a esas necesidades persona-

les concretas. Por lo tanto, un entorno poco o nada accesible y carente de sistemas dispensadores de apoyos es lo que va a dar lugar a una situación de discapacidad, la cual va a condicionar significativamente la participación social de los miembros más vulnerables en la comunidad.

Las ideas que ampara esta concepción han de ir calando en nuestro contexto más inmediato, pues Pozoblanco se constituye en un núcleo que acoge e integra a una importante población de personas con diversidad funcional, las cuales se merecen, además de un sistema de apoyos vitales, unos espacios comunitarios accesibles y libres de barreras no sólo físicas sino también mentales.

Acontecimientos como la implantación de instituciones como el CAMF, además de reportar beneficios de diferente índole, han contribuido a visibilizar y normalizar la discapacidad en nuestras vidas y generar una sensibilidad que, difícilmente, se podría haber conseguido de otra forma. Veintiséis años después de la apertura de este Centro, los vecinos de Pozoblanco estamos en deuda y no hay mejor forma de saldarla que la de seguir trabajando incansa-

blemente para que nuestro entorno no genere discapacidad, evitando que las personas con diversidad funcional vivan en una situación de ciudadanía paralela. Para ello, no podemos descuidar la accesibilidad de los espacios, desterrar ciertos prejuicios y estigmas y potenciar prácticas que provean oportunidades de participación verdadera. Esto es fácil decirlo y algo más complejo hacerlo, pero con la implicación de autoridades, profesionales, familias y voluntarios, además de contar con la imprescindible complicidad de la ciudadanía, a buen seguro que podríamos hablar de esta ciudad, en un futuro no muy lejano, como un modelo a seguir.

Concluyendo y según palabras de Carlos Egea y Alicia Sarabia, especialistas y autores de varias publicaciones sobre accesibilidad: “el pasado es fácil de analizar y describir, pero es el futuro el que habrá de marcar los pasos que, en una dirección correcta, habremos de ir dando para progresar en el necesario conocimiento de la discapacidad, que nos ha de llevar a aplicar, con criterios justos, el reconocimiento de los derechos inherentes a su condición humana para todas las personas, tengan o no discapacidad” (Egea y Sarabia, S.F.).



La humanidad y el trabajo continuo, reto del CAMF

Francisca María Rodríguez García

Trabajadora Social
Hospital C. Valle de los Pedroches

...se les ha facilitado una nueva oportunidad en su vida: un lugar cercano, humano, con numerosas atenciones, cariño, ilusión, cultura, aprendizaje, alegría...



En este 25 aniversario del Centro de Atención a personas con discapacidad, la unidad de Trabajo social del Hospital Comarcal “Valle de los Pedroches”, quiere agradecer a este centro, la enorme disponibilidad, la humanidad y el buen hacer, de todos los que trabajan por la calidad de vida de este colectivo, comenzando por la dirección, el personal administrativo, el personal de enfermería, las cuidadoras, el personal que se dedica a las tareas de limpieza, mantenimiento y como no, a mi compañera y amiga Trini Fernández, Trabajadora Social de este Centro,...

Vuestra labor pasa por la atención asistencial de las personas con discapacidad física, la conservación y potenciación de sus capacidades a través de técnicas adecuadas y adaptadas, la habilitación personal y social para su autocuidado, la prestación de ayuda de tercera persona para suplir las carencias o insuficiencias de su capacidad funcional, así como el fomento de sus relaciones personales y sociales a través del ocio, tiempo libre y otras actividades orientadas siempre, al bienestar de la persona. Además, no hay que olvidar que TODOS, cada uno desde el ámbito en el que trabaja, FACILITÁIS UN HOGAR, creado durante 25 años, a estas personas que de un modo u otro se encuentran vulnerables, con difícil acceso a los recursos, con escaso, insuficiente o lejano geográficamente apoyo familiar, en la mayoría de las ocasiones siendo sus recursos económicos deficientes y sumado en muchas ocasiones, a enfermedades crónicas.

Recuerdo que en nuestro trabajo coordinado hemos atendido a hombres y mujeres, de Villanueva de Córdoba, Pozoblanco, Peñarroya-Pueblonuevo, Villanueva del Duque, Belalcázar, Villaralto, población del área sanitaria norte, a

los que se les ha facilitado una nueva oportunidad en su vida: un lugar cercano, humano, con numerosas atenciones, cariño, ilusión, cultura, aprendizaje, alegría y sobre todo integración y gran calidad de vida.

Pozoblanco es un municipio adaptado en sus servicios no sólo hacia las personas con discapacidad física, sino también sensorial e intelectual, sin embargo, todavía hay que seguir trabajando hacia la normalización, evitando barreras emocionales, personales, sociales, institucionales, potenciando la lucha y los retos personales.

No hay que olvidar que aquellas personas con una capacidad disminuida, nos enseñan a ver la vida desde el otro lado del cristal, nos invitan a reflexionar sobre el continuo pesimismo y las quejas que envuelven el tiempo presente.

Desde nuestro centro hospitalario, como un servicio más, nos encontramos con la figura del voluntariado, personas que están dispuestas a ayudar, apoyar, acompañar y que en los momentos en que la persona con limitaciones se encuentra ingresada en el hospital, le facilitan un enlace con el medio exterior, por eso, ellos también quieren manifestar su agradecimiento por darles la oportunidad de sentirse útiles, ofreciendo lo mejor que saben dar: su cercanía y su humanidad.

¡Felicidades en vuestro 25 aniversario!
¡Gracias por estar siempre ahí!

Otra mirada ¡desde los sentimientos! Carmen María Durán

Suena el tintineo de la campana, cierro los ojos aliviada, porque llega el relevo con la erguida silueta del descanso. Llegan besados por el paso del tiempo que deja aflorar las canas y en su semblanza se entreven las arrugas marcadas. ¡Tiempo veloz! Siento que estamos envejeciendo juntos.

El despacho lo hacemos acogedor, adaptado a las viejas costumbres. La mañana es bonita, repleta de compañerismo, puedes compartir tus sensaciones y esperar correspondencia en un gesto y una mirada. Los letreros cobran protagonismo, son mensajes que aúnan nuestras fuerzas. Todos saben lo que siento porque es lo que ellos sienten, todos saben lo que busco porque es lo que ellos buscan. ¡Qué magnífica paz nos embriaga cuando el turno está completo y no tenemos que zigzaguear como águilas de nieve!
¡Como junco de lirio ofreceremos cuidados de esperanza, chocolate y vainilla, jara-be de limones y azúcar de nata...!

La mañana es tormentosa, llena de murmullos y carreras en pasillos, grúas de ámbar. Suenan crujidos en las vértebras y los brazos son de chapa. Las horas no cesan, las agujas están paradas, el tiempo se hace azúcar, el sudor corre por las caras y las manos están cansadas. Los cuerpos están mojados entre aromas de azahares y jabones fermentados...

Vamos al colegio, se escucha en el pasillo. ¡Escuela de almas! Está en un rinconcito de esta apacible morada. Sus pupitres de madera, sus atriles blancos, el perfume de papeles pintan este espacio embrujado. Resuenan las lecturas en el aire de letras impresas y los bellos vocablos. Brisa de inteligencia que espesa alentada por la cálida fuerza de su maestra.

De nuevo el teléfono, es la línea directa que está en el despacho médico. ¡Madre protectora! ¡Cuántas veces llamas! A sus más de ochenta años aún le quedan fuerzas en el alma. Su búsqueda ha sido imparable, sus ilusiones de ceniza y castillos de espuma blanca.
¡Como aprecio el fermento de amor por ese hijo que no anda! Su desaliento no cesa, su mirada es incansable, pero su horizonte es de paja. ¡Cuántas lágrimas derramadas por ese hijo que no habla! Quisiera regalarle para su próximo cumpleaños, sosiego y calma.

¡Que contentos se ponen todos cuando llegan las voluntarias! Estaba junto a las hermanas Narbona y se les ha mudado la cara, una espléndida sonrisa las ha iluminado cuando se han percatado de su llegada.

Son jóvenes muchachas dispuestas al ofrecimiento de su tiempo. Se multiplican las salidas, por el suelo las guitarras, canciones en los pasillos, los coros pasean. Qué ambiente tan alegre en estos días. ¡Gritos de alegría he llegado a escuchar cuando entraron por la puerta! Son las antiguas alumnas concepcionistas que vienen de fuera, de otro punto de España, aquí, al colegio ubicado en nuestro pueblo, con una sola misión, acompañarles y regalarles momentos de ilusión, simpatía y ánimo. ¡Qué contenta estará Madre Carmen Sallés, su fundadora! Ya es para nosotros como la brisa íntima que esperas y que remoja a quien desanimado se siente en el olvido.

Abiertas están las puertas de los talleres de luna y magia. Dan fruto a boni-

tos paisajes, luminosas caras, cordones trenzados, alfombras de lana, tapices hilados, floreros de vidrio. Y acercan a la familia con la moderna informática. ¡Ilusiones que no faltan! Son como una brizna de viento y como una ventana, que permiten dar vida a los sueños ¡Es lo primero que te enseñarían si nos visitaras!

Llega la hora del paseo ¡para los que pueden! Amablemente se les acompaña, entre prótesis de espuma y andadores de nácar. Cuánto les gustaría más fortaleza en los músculos, que las sillas se esfumaran, sentir carreras en el patio y muchas risas por la salas. ¡Cuánto les agradecería que los paseos fueran por el campo y las piernas aladas!





unidos para siempre

Codo con codo

Farmacia D. José Alcaide García-Arévalo

Farmacia D. José Cabrera Tribaldo

Farmacia D. Antonio B. Molina López

Farmacia D^a. Antonia Navas Muñoz

Farmacia D^a. Rocío Vargas González

Los farmacéuticos, técnicos y auxiliares de farmacia de Pozoblanco queremos expresar a través de estas líneas nuestra más sincera felicitación a los trabajadores, pacientes y todas aquellas personas que forman parte del Centro de Atención a Minusválidos Físicos, CAMF, por su 25 aniversario.

Desde que el centro comenzó su andadura muchas, muchísimas cosas han cambiado en nuestro sector, comenzando por la apertura de nuevas farmacias, así como un importante cambio generacional que ha contribuido a modernizar y ampliar la oferta de servicios. Cambios que el CAMF ha sufrido con nosotros y a los que ha sabido adaptarse perfectamente.

Si hacemos balance, la relación que hemos mantenido con el centro a lo largo de estos 25 años ha sido siempre muy positiva, tanto el equipo sanitario como los demás trabajadores del CAMF

Nos sentimos muy orgullosos de haber aportado nuestro pequeño granito de arena para que esta institución se convierta en un centro de referencia de toda España,...

han hecho todo lo posible para que el pedido y la distribución de los medicamentos necesarios, fuera mucho más fácil y rápido, contribuyendo a que nuestra labor fuera mucho más liviana y los pacientes pudieran tener su tratamiento con la mayor brevedad.

Al principio se hizo cargo del abastecimiento de medicamentos al centro una sola farmacia, pero pasado un tiempo se decidió de forma interna que el suministro se hiciera rotativo entre todas las farmacias de Pozoblanco. Acuerdo que consideramos fue muy beneficioso para todos ya que con ello el centro conseguía un mejor servicio.

Durante estos 25 años el entendimiento entre el Centro de Atención a Minusválidos Físicos y las distintas farmacias de Pozoblanco ha sido siempre muy bueno y se podrían contar infinidad de anécdotas pero de todas ellas, se extrae siempre la misma conclusión, que tanto los farmacéuticos como el equipo del CAMF tienen una meta en común, mejorar la calidad de vida de los pacientes y facilitarles en todo lo posible su estancia en el centro.

Lo que más destaca de los profesionales del CAMF es su amabilidad, alegría, sus ganas de trabajar y de facilitar el trabajo de los demás. En cuanto entras en las instalaciones siempre hay alguien dispuesto a ayudarte para que los medicamentos sean recibidos rápidamente por las personas encargadas para ello.

La organización es otro de los puntos fuertes del centro, todo el proceso de solicitud de medicamentos a las farmacias, recepción de los mismos, realización de las recetas, facturas, etc., se hace ordenadamente siguiendo unos parámetros que han ido evolucionando a lo largo de estos 25 años, haciéndose cada vez mejor.

Todos los farmacéuticos de Pozoblanco agradecemos al CAMF la oportunidad que nos ha regalado, gracias a la cual hemos podido participar a lo largo

de todos estos años en el proceso de crecimiento de este centro. Nos sentimos muy orgullosos de haber aportado nuestro pequeño granito de arena para que esta institución se convierta en un centro de referencia de toda España, donde el equipo de profesionales de todos los ámbitos, voluntarios, pacientes y todas aquellas personas que en estos 25 años han estado relacionados con el CAMF de cualquier forma, se han convertido en una gran familia, siempre preocupados por mejorar la atención al paciente y hacerle la vida más fácil.

Por último queremos reiterar nuestra más sincera felicitación al CAMF por su 25 aniversario y expresar nuestro deseo de que esta comunicación que se ha establecido entre el centro y las farmacias siga siendo tan fluida y bien organizada.

XXV Aniversario del CAMF de Pozoblanco

Samuel Cerezo Redondo
Médico y Director Técnico de APOAL

Son ya 25 años dando una respuesta a toda la sociedad, también en nuestra comarca de los Pedroches y Pozoblanco a las personas con gran discapacidad, y como no podía ser menos a quienes dentro de este colectivo, padecen problemas con las adicciones.

APOAL es receptora de la implicación de los profesionales del CAMF para buscar soluciones a quienes necesitan de nuestro centro. Como viene siendo habitual deseamos que nuestros lazos de amistad y colaboración sigan estrechándose.

En diversas ocasiones hemos participado dando charlas informativas y realizando diversas actividades de prevención, y hemos contado siempre con una alta participación por parte de los



...en esta situación vital, a veces es más difícil alcanzar la motivación necesaria para superar su enfermedad,...

residentes de ese centro. Así como también hemos asistido a enfermos con adicciones residentes en vuestro centro, y siempre ha sido muy estimulante el intentar ayudarles a eliminar o aliviar el sufrimiento que produce una adicción, y que en esta situación vital, a veces es más difícil alcanzar la motivación necesaria para superar su enfermedad, sobre todo cuando la sustancia adictiva se ha usado como medicina relajante/anestésico de sus preocupaciones.

Nuestro deseo es siempre dar respuesta a estos pacientes, poniendo a vuestro servicio un equipo cualificado e implicado de técnicos y monitores.

Nos sentimos muy orgullosos del reconocimiento que nos hacéis por considerarnos Residentes de Honor desde el año 2001, y también de la presencia en nuestro equipo, de quien fue residente de ese centro D. Juan Manuel García Santiago, responsable de la administración, coordinador general de APOAL, y quien nos representa en los diferentes foros, dando un claro ejemplo de superación y entrega a los demás.

¡Gracias! por permitirme escribir estas letras para felicitaros, y deciros que compartimos ilusiones e implicación para así crear una sociedad más justa y equitativa, para que quienes más lo necesiten, tengan mejor calidad de vida.

Vivir es elegir

Antonio Rodríguez Menéndez

Trabaja la palabra vinculada y la comunicación empática y no violenta

A veces
Unimos
Nuestras fuerzas

Pienso acerca de mis amigas y amigos del Centro de Atención a Personas con Discapacidad Física (he querido poner todas sus palabras) de Pozoblanco y escribo que tienen problemas. Todas las personas los tenemos, dirá alguien. Pero a los suyos, que son muy grandes, se añaden los dilemas y la necesidad de elegir. Al hacerlo, existe la posibilidad de que nos equivoquemos, y hasta quisiéramos no tener que tomar decisiones. Eso decimos. No tomarlas no sería vida. Ésta requiere elección y posibilidad de error. El asunto es que tememos el error, porque nos han enseñado que va unido a la culpa. Tal vez sólo tengamos que reconocerlo cuando suceda, sin cargarnos de culpa al hacerlo, sino que tratemos de mostrar que lo sentimos y de solucionar sus consecuencias. Sólo eso. Nada más. Nada menos. Pero seamos optimistas: a veces, esas consecuencias terribles son oportunidades vitales, que también traerán otros problemas, de otro tipo. Y otros dilemas, y otra vez a elegir... Así es la vida. La de personas sanas y la de quienes sufren enfermedad.

Todos hemos comprobado que, con ayuda, cualquier elección es más fácil (todos los héroes tienen quien les ayude: don Quijote tenía a Sancho,...). Tal vez se trate de pedir ayuda. Claro que mirar a los ojos y pedirla es una odisea. Todos nacemos con esa necesidad, con esa dependencia, y si encima tenemos una discapacidad física... Nos haría falta una buena manera de comunicarnos para solicitarla. Una en la que no nos humillemos, en la que nos reconozcamos vinculados a esa persona. Busquemos entonces un vínculo sano (ese es mi trabajo). Nunca eterno, ni avasallador. En él han de verse las fragilidades y la potencia de quienes tratan de encontrarse.

Pienso en lo escrito y en las personas que han de leerlo. Miro y respiro lo escrito, miro y respiro a esas personas que desconozco, y veo que no son muy distintas a mí. Quiero encontrarme con ellas y escribo. Palabras escribo. Con ellas intento llegar a los demás, mirándoles sin intentar dominarles, sin asustarme. Lo hago con palabras precisas y eficaces. Palabras que nos consuelan, aunque estén muy manidas. Siempre trato de no despreciarlas, aunque a veces me parezcan tontas. Sé que todo sufrimiento es olvido de algo obvio, y alguien nos lo tendrá que recordar. Es por ello que vuelvo a las palabras. Precisas y eficaces, pero también bellas. Sí, porque todas las personas podemos encontrar belleza, inteligencia y sensibilidad en las palabras que hay en los demás (incluso en las nuestras). Sé que las de los libros nos pueden ayudar: las guardan a la espera de que las encontremos. Busquémolas como hay que buscar la ayuda. Entreguémoslas a otras personas.

Vuelvo a releer. ¿Estoy hablando de adecuar nuestra manera de comunicar-



nos para conseguir encuentros verdaderos y eficaces con otras personas, incluso con nosotros mismos? ¿Estoy hablando de que una persona que tiene una enfermedad sigue teniendo vida siempre que pueda elegir? ¿Hablo de que puede dejarse ayudar? ¿De que puede ayudar a otras personas pero ha de encontrar la manera de hacerlo y siempre renovarla? ¿De que la palabra es un camino?

¿Hablo de tolerar o de algo muy diferente: comunicarnos empáticamente para comprender? ¿De reconocer errores y desterrar las culpas? ¿Hablo de compasión sencilla y cercana? ¿De caminar juntos aportando sinceramente cada persona la capacidad que tenga? Sólo sé que a veces unimos nuestras fuerzas.

Sí, porque todas las personas podemos encontrar belleza, inteligencia y sensibilidad en las palabras que hay en los demás (incluso en las nuestras).

25 Aniversario del CAMF

Ricardo Delgado Vizcaíno
Presidente de COUAP

Me piden amablemente que escriba unas líneas para esta revista conmemorativa del 25° aniversario de la fundación del CAMF, y, rápidamente, lo primero que me ha venido a la mente son las imágenes de mis viajes a Lourdes como camillero.

Transcurrían los últimos días de septiembre de 1991, recién terminada nuestra feria de las Mercedes, cuando mi querida hermana Araceli, la pequeña de la casa, siempre inquieta y buscando lo mejor para los que la rodean, me invitó a peregrinar a Lourdes con la Hospitalidad de Madrid, un viaje organizado para el puente del Pilar.

Tras muchas dudas –por qué no decirlo-, por la pereza que me daba meterme en algo nuevo, sin conocer a nadie (mi hermana me embarcaba, pero ella no iba), saliendo de mis cómodas cos-

tumbres, en un largo puente..., no sé cómo, la verdad, terminé viajando a ese pueblo francés donde se apareció la Virgen a Bernadette, en 1858. “El milagro” de la Virgen de Lourdes conmigo, no me cabe duda, fue acabar con mis dudas y temores y que me decidiera a ir.

Aquel viaje en El Tren de la Esperanza cambió mi vida. Rompió, afortunadamente, con mi área de confort y me ofreció otros caminos y horizontes. Me ayudó a poner las cosas en su sitio y darles la importancia que tienen y no más. Aprendí lo mucho que se recibe dando, que se puede ser feliz con muy poco, que hay que romper el corsé del egoísmo personal y mirar a los demás, aparcando los propios problemas y abrir el alma para ayudar a los que nos rodean. En aquel viaje, y seis más que tuve la suerte de poder hacer en años poste-



riores, conocí a muchas personas, de todas las edades y condiciones, económicas y sociales, con enfermedades a la vista y otras no tan evidentes. Hice grandes amistades y aprendí, aprendí que el sufrimiento, un misterio, se combate especialmente amando mucho, otro misterio.

Conocí a residentes del CAMF de Pozoblanco, a los que luego pude visitar en el Centro y estrechar relaciones: Pepe Marthino, Agustín, Antoñita -la sonrisa personificada- y otros más. Ella, Antoñita, hace plenamente cierta una frase que siempre me gustó y que, con alegría para mí, después de muchos años de haberla memorizado, la pude ver escrita en el cabecero de la cama de un residente del CAMF de Leganés (Madrid). Alguien que, como Antoñita, a pesar de sus condiciones difíciles, la practicaba: “La sonrisa es más barata

que la electricidad y produce más luz”.

Aquel nuevo camino me permitió conocer personas entregadas y abnegadas, como José Antonio Astorga y muchos de los que prestan su trabajo en el Centro que él dirigió durante tantos años, siempre al pie del cañón, al lado de sus residentes.

Felicidades por los 25 años, y gracias por un trabajo que admiro profundamente, porque ir a Lourdes durante cinco días y luego cada uno a su casa y a olvidarse del sufrimiento es bien fácil. Lo difícil es atender, más allá de un servicio estrictamente profesional y por encima de una retribución, con vocación y mucho amor, a personas especialmente necesitadas de esa ayuda. ¡Eso, hace milagros!

Lo difícil es atender, más allá de un servicio estrictamente profesional y por encima de una retribución, con vocación y mucho amor,...

En el XXU aniversario del CAMF de Pozoblanco

Antonio García López
Psiquiatra Equipo de Salud Mental
Córdoba Centro

Durante varios años atendí en el CAMF de Pozoblanco, como psiquiatra que era de referencia, a los pacientes que la psicóloga del Centro -Victoria- y el médico -Francisco José-, compañeros y amigos, consideraban que necesitaban valoración o tratamiento. Desde esta experiencia, más que desde el punto de vista científico, me permitiré escribir esta reseña.

En un centro como el CAMF confluyen varios componentes, las infraestructuras y el entorno, los propios pacientes, la familia, trabajadores y la dinámica de relación, las interacciones que se establecen entre los grupos y entre las personas que conforman cada uno de ellos.

Respecto a las infraestructuras siempre me parecieron buenas e igualmente el entorno; he percibido muy buena integración del centro y pacientes en el pueblo, es frecuente ver a los residentes en sus sillas de ruedas por la calle, y se me antoja que Pozoblanco ha tenido especial sensibilidad en cuanto a barreras arquitectónicas y la discapacidad en general (también enfermedad mental, asociaciones de familiares y pacientes,...), combatiendo, desde la naturalidad, el estigma que a menudo nos rodea.

Los pacientes que atendía provenían básicamente de 2 situaciones: los que tenían patología previa en Salud Mental y que a veces había sido la causa de su



minusvalía física y aquellos que presentaban problemas de adaptación, tanto a la enfermedad física, a menudo traumática, brusca, como al nuevo contexto en que les tocaba vivirla. Un pronóstico habitual de cronicidad, a menudo polimedicación y necesidad de control por varios facultativos, caracteriza la complejidad del tratamiento.

Junto a ellos, los trabajadores. El mayor problema, al margen de los estrictamente laborales, era la difícil percepción de voluntariedad o no de determinadas conductas, que hacía que a veces hubiese desencuentros con pacientes y también la dificultad de comunicación con muchos de ellos. Si se desconocen las necesidades del paciente es posible que no se atiendan; si pensamos que el otro nos manipula, es posible que acabemos rechazándolo. En este sentido, es importante facilitar formación e información adecuadas, que ayuden a proporcionar no sólo los cuidados sino también la empatía necesaria que hará que el paciente se sienta apoyado, comprendido, respetado.

Y por último la familia. Sin duda también se ven afectados y deben pasar su propio proceso de adaptación, a veces con necesidad de ayuda psicológica. Mencionar que a menudo, la mayor dificultad no es la enfermedad en sí sino la vivencia de ésta, cuando es proyectada y percibida en el otro sólo desde los aspectos negativos (incapacidad, comparaciones, prejuicios,...). Si no existe un proceso de adaptación adecuado, a la enfermedad física se le añade el sufrimiento psíquico, con igual tendencia a la cronicidad. Es importante resaltar esto, que para el otro, ya sea paciente o familiar, la mayor satisfacción es contemplar una vivencia positiva de cada situación; para un desarrollo

completo como persona y a pesar de las circunstancias, a menudo es más dañina la preocupación que la propia enfermedad. Es frecuente la presencia de círculos viciosos formados por esta retroalimentación negativa ("me preocupo porque te preocupas y te preocupas porque me ves preocupado") y hemos de estar alerta y receptivos para detectarlos y romperlos.

Aunque los avances médicos continúen, por desgracia es previsible que también lo hagan las enfermedades y accidentes, por lo que centros como el CAMF de Pozoblanco van a seguir siendo necesarios. Creo que debemos esforzarnos en mantener lo conseguido y recordar -y transmitir- la importancia de la empatía, el respeto y que es posible la mejoría, el disfrute y la motivación, aún en la adversidad.

...es importante facilitar formación e información adecuadas, que ayuden a proporcionar no sólo los cuidados sino también la empatía necesaria...

Ana Isabel Robledo García

Presidenta Junta de Participación del CAMF de Pozoblanco

Quiero aprovechar la oportunidad para expresar unas reflexiones personales, en este año que celebramos el 25 aniversario de la apertura del C.A.M.F. de Pozoblanco.

Soy Ana, presidenta de la Junta de Participación del C.A.M.F. Quién me lo iba a decir cuando llegue aquí hace 4 años. Soy de San Lorenzo de El Escorial, Madrid, y no había estado nunca en Andalucía, y mira por dónde me eligen mis compañeros como su representante, lo que me llena de orgullo, y mucho, primero porque es un momento especial y segundo porque soy la primera mujer en ocupar el cargo en los 26 años de andadura del CA.M.F.; como digo, es un orgullo y también un reto y un desafío poder estar en una posición desde donde puedes trabajar para ayudar a tus compañeros.

Como se puede imaginar, la de aventuras que han pasado por el C.A.M.F. en este cuarto de siglo, con todos nosotros, los residentes, y todos los trabajadores, cada uno con nuestros gustos, manías, inquietudes,..., os aseguro que en el día a día siempre ocurre alguna anécdota digna de mencionar; también digo que tenemos la suerte de contar con un gran equipo de trabajadores, todos y cada uno de ellos desde la función que les toca defender, que nos ayudan en cada jornada a llevar nuestra vida con la mayor normalidad posible, y puedo asegurar que lo consiguen. Por último, agradecer que hayáis leído unas líneas que recogen algunos pensamientos de esta madrileña que tiene el reto y la responsabilidad de trabajar por y para sus compañeros.



Recuerdo, debe ser la edad dice mi hija, que allá por los años 80 se empezó a hablar de Servicios Sociales y mediante una iniciativa de varios Ayuntamientos junto a la Diputación Provincial que aportaron los primeros fondos, se contrató a una Trabajadora Social, la cual se encargó de su puesta en marcha. La ilusión y las ganas de trabajar no faltaban y así comenzó la andadura de unos servicios que teníamos que compaginar entre todos los pueblos y había que explicar en numerosas ocasiones en qué consistían y sobre todo lo que pretendía un grupo de entusiastas, con la puesta en funcionamiento de esta iniciativa.

De esta semilla surgieron los Servicios Sociales Comunitarios, las prestaciones sociales, el apoyo siempre al más débil y la cobertura de una Sociedad que convertía la beneficencia en un DERECHO. Era en justicia el logro fundamental de este proceso, el derecho que como ciudadano me otorga el Estado de estar amparado frente a la adversidad.

Sin embargo algo hemos planificado mal, alguna cosa se nos ha escapado de las manos, para que de una situación tan prometedora, de pronto, como surgido de la nada, no existan recursos suficientes para tantas cosas importantes, para tantos logros alcanzados durante estos años con tanto esfuerzo e ilusión. ¿Dónde ha estado el error? Quizás la clase política ha despilarrado el patrimonio obtenido, o bien los que hemos trabajado estos Lares no hemos estado a la altura e incluso los propios beneficiarios de estos servicios han creído que todo es infinito y que no importaba nada. No lo sé con exactitud, lo que sí presiento es que nos va a costar bastante el recuperar todo lo perdido y que no todo dependerá de la mejora en la economía, sino también de la ilusión, del trabajo, de las ganas de ayudar a los demás y sobre todas las cosas, del esfuerzo de todos, pero juntos... Verdaderamente juntos.

Recuerdo

Rafael Rodríguez Muñoz

Responsable del Servicio de Atención al Ciudadano
Área Sanitaria Norte



De esta semilla surgieron los Servicios Sociales Comunitarios, las prestaciones sociales, el apoyo siempre al más débil y la cobertura de una Sociedad que convertiría la beneficencia en un DERECHO.

Integración de los usuarios de los CAMF del IMSERSO en las actuaciones de turismo y termalismo programadas por este instituto

Fernando Gascó Alberich

Jefe del Área de Prestaciones Económicas de IMSERSO

Desde el año 1995, el Imsero ha venido convocando la concesión de subvenciones para actuaciones de turismo y termalismo para personas con discapacidad, dirigidas a entidades sin fin de lucro que prestan su atención, de manera exclusiva y habitual, a las personas con discapacidad.

A través de estas convocatorias el Imsero pretende facilitar a los ciudadanos el acceso a los bienes del ocio, la cultura y la salud en las condiciones de mayor accesibilidad posible, complementándose así los programas de vacaciones y termalismo social para personas mayores, que no en todos los casos gozan de las medidas de accesibilidad que serían deseables.

Si bien con estas convocatorias, los usuarios de los centros residenciales para personas con discapacidad del Im-

sero podían tener acceso, en teoría, a los turnos de viaje que ofertaban las entidades beneficiarias de subvención, en la práctica se pudo detectar la existencia de un gran número de barreras que les impedían su participación, en la mayor parte de los casos.

Estudiadas las razones que dificultaban la participación de los residentes de los CAMF en estas actividades, nos encontramos con razones de tipo económico, dificultades para trasladarse desde el centro al lugar de partida de cada turno de viaje y la falta de acompañantes de viaje, necesidad esta última difícil de cubrir ante la carencia de familia de un gran número de nuestros residentes.

Localizadas las razones que, en la práctica, impedían la participación de nuestros residentes, éstas se intentaron

...en el presente año 2012, a pesar de los recortes presupuestarios que nos impone la situación de crisis económica, estamos manteniendo estas actividades,...



minimizar, bien con un descuento de un 80% en la cuota a abonar por los viajeros y acompañantes, siempre que sus ingresos fueran iguales o inferiores al importe anual de la pensión no contributiva con complemento por ayuda de tercera persona, bien con la puesta a disposición de un medio de transporte desde el centro al lugar de vacaciones, y con la búsqueda de acompañantes de nuestros residentes.

Con estas medidas que se iniciaron en el año 2009, hemos logrado la participación de los usuarios de los CAMF del Imsero y del Centro de San Andrés del Rabanedo en estos viajes, logrando que pudieran disfrutar de unas vacaciones normalizadas usuarios que en determinados casos no habían salido del centro desde que ingresaron en el mismo.

Si en el año 2009 tuvimos 103 participantes en estas actividades, pasamos en el 2011, a casi duplicarse, ya que contabilizamos 198 participantes, y en el presente año 2012, a pesar de los recortes presupuestarios que nos impone la situación de crisis económica, estamos manteniendo estas actividades, disfrutando los usuarios de Pozoblanco de sus vacaciones en la Comunidad Valenciana, en un primer turno en Alboraya y en un segundo turno en el Puig.

Con esta iniciativa los usuarios del CAMF de Pozoblanco han viajado en años anteriores a Isla Antilla, a Santa Pola y a Ceuta, pudiéndose valorar esta experiencia como muy positiva, tanto para los usuarios de estos viajes como para los que gestionamos estas actividades en el Imsero, razón por la que nos encontramos satisfechos del trabajo empleado en su implantación.



El Ayuntamiento de Pozoblanco implicado en el mundo de la discapacidad

Benito García de Torres
Concejalía de Urbanismo
Ayuntamiento de Pozoblanco

Agradezco en primer lugar la oportunidad que desde el CAMF se me ofrece para participar en esta publicación y con ello conmemorar el 25 cumpleaños del Centro de Atención a personas con Discapacidad Física de Pozoblanco.

Para el Ayuntamiento de Pozoblanco, la existencia en la localidad de este importante Centro dedicado a la atención integral de personas con discapacidad física, ha supuesto la inaplazable necesidad de realizar una continua adaptación de los espacios y lugares públicos que permita un fácil acceso a todos los lugares por los usuarios del CAMF en particular y por quienes padecen algún tipo de discapacidad en general.

Por ello en los últimos años las diferentes corporaciones municipales han ido realizando modificaciones urbanísticas que están posibilitando un acceso fácil, cómodo y seguro a diferentes espacios a los que anteriormente las personas con discapacidad física encontraban serias dificultades para acceder de una

forma independiente, por ello desde la Concejalía de Urbanismo se tiene una especial atención en todas las actuaciones que se desarrollan de cara a pensar en una ciudad para todos en la que la accesibilidad se convierta en un asunto absolutamente normalizado.

Cada vez más, la cultura de los pozoblanqueses se va transformando permitiendo que la accesibilidad urbanística en aceras, calles, locales y espacios se convierta en una situación normalizada, habiendo pasado a contemplar el derecho de todos los ciudadanos, con sus legítimas diferencias para participar en la vida social con igualdad de posibilidades.

Aunque somos conscientes de que aún queda mucho por hacer, dado que las diferentes actuaciones suponen un proceso de evolución continuo al surgir nuevas necesidades, estamos intentando realizar conjuntamente con los responsables de los centros que atienden a personas con discapacidad

...somos conscientes de que aún queda mucho por hacer, dado que las diferentes actuaciones suponen un proceso de evolución continuo al surgir nuevas necesidades,...

un estudio pormenorizado de nuestra ciudad dirigido a eliminar aquellas barreras arquitectónicas que impiden el libre acceso a las personas discapacitadas, como a diseñar los proyectos de ciudad contando con todas las realidades posibles.

Desde luego el CAMF seguirá contando con la implicación del Ayuntamiento en actuaciones futuras y como siempre estaremos a disposición de atender aquellas demandas que se produzcan para conseguir una ciudad de todos y para todos.

Finalmente felicito a residentes y profesionales del CAMF por este 25 cumpleaños y traslado el deseo de la Corporación Municipal de continuar en la línea ya emprendida haciendo realidad la normalización de la vida e integración absoluta de todas las personas que padecen algún tipo de discapacidad o dificultad.

FELIZ 25 ANIVERSARIO

Juan Caballero Romero Capellán del CAMF

Guardo en la Agenda del alma, entrañables y hermosas vivencias compartidas con vosotros. Las más importantes y repetidas, las Eucaristías de cada semana a las 5:30 de la tarde sea invierno o verano. Eucaristías familiares, cercanas, íntimas, que le dan a la tarde de los sábados un sabor a fiesta y gozo espiritual. Gustad y ved qué bueno es el Señor. Dichoso quien se acoge a Él. Quedan los ánimos más calmados, el corazón ensanchado, removida la esperanza. Las tardes de los sábados son como más luminosas, más gratificantes, sagradas,...

Pienso muchas veces que esas misas atraen el corazón de Dios que baja como bajaba los primeros días de la creación a la hora de la brisa vespertina a pasear con los primeros hombres. Gn. 3, 8.

Y cómo olvidar las Eucaristías festivas de la tarde noche de Navidad, o el día grande de los Minusválidos armoniza-

das con las voces del coro de los residentes, magistralmente dirigido por nuestro querido Juan Climaco.

Y las misas emocionantes de apertura o clausura del Campo de trabajo de los alumnos – alumnas de los colegios Concepcionistas de Madrid. ¡Cómo anhelan y añoran estos días solidarios los alumnos y residentes del Centro: derroche puro de amor! Y cómo la Iglesia está presente en los momentos gozosos y tristes: las bodas que he bendecido entre jóvenes residentes transformando como templo cósmico el gran patio del Centro y los dolores como hemos dicho al despedir con unción religiosa a los compañeros que nos han ido dejando definitivamente a lo largo del camino.

Puedo asegurar que una de las vivencias más gratificantes de mi ministerio sacerdotal viene siendo el servicio religioso en este Centro. He llegado a sentirme como un residente más de esta gran familia: “residente de honor”, que

así me habéis distinguido con este honoroso título.

Veinticinco años ininterrumpidos de siembra ilusionada cuyos frutos sólo Dios sabe y recompensa, además de las infinitas muestras de cariño, cercanía, amistad, respeto, afecto y colaboración de todo el personal directivo, empleados y residentes que a lo largo de estos veinticinco años he conocido y servido, llenando mis años de vida y de sentido. Importa más llenar los años de vida que la vida de años.

Es de justicia recordar agradecidos a todos los compañeros sacerdotes que a lo largo de estos años han ejercido su ministerio “gratis et amore” en este querido Centro. A todos, espero, el Padre que ve en lo escondido nos recompensará. Mt. 6, 4.

Cuento con vuestra recompensa: una mutua y eterna amistad.



Un brindis

Muchos son los que nos han acompañado en nuestra andadura. Muchos son los que cambiaron de lugar, que fueron a una ciudad distinta, que cambiaron de puesto de trabajo, que iniciaron con nosotros el camino, o que se incorporaron en algún momento de nuestro recorrido. Algunos, incluso, están disfrutando de su merecida jubilación. Todos forman parte de nuestra historia, todos forman parte de nuestras vidas.

Si de ellos guardamos gratos recuerdos y, con ocasión, de la celebración del 25 aniversario, pudimos compartir dos maravillosos días juntos, nuestros pensamientos más especiales, van dirigidos a las personas que no volverán.

Sin caer en la sensiblería, no podemos dejar en el olvido a quienes nunca podremos olvidar. Compañeros y compañeras, amigos y amigas a fin de cuentas, su paso por nosotros deja la huella de quienes trabajaron por el Centro, de quienes, con su empeño y esfuerzo mejoraron las posibilidades de atención a nuestros residentes, de quienes con sus días buenos y con sus días malos, ofrecieron la parte más humana de su persona.

Desde aquí alzamos las copas y brindamos por la pervivencia de su recuerdo.



Decálogo de las personas con discapacidad

1ª Las pocas leyes que amparan al discapacitado, parecen caminar en silla de ruedas. Encuentran un obstáculo en cada esquina.

2ª Si quieres ser igual que los demás, empieza por no considerarte diferente.

3ª La autoestima es la llave maestra que el discapacitado posee para asomarse a la vida.

Juan Manuel Alcántara Merino.

4ª Todos somos "Menos-Válidos" para algo.

Taller de Periodismo CAMF.

5ª No somos sillas, vamos en sillas.

6ª Quítate los zapatos, siéntate en una silla.

¡A ver cómo andas!

Mª Carmen Sánchez Justicia.

7ª Dame la mano para que mi camino sea más fácil, quién sabe si mañana tú necesites que alguien te la dé a ti.

Juan Zamora Clemente.

8ª Todos somos presos de alguna minusvalía, sal de tu propia cárcel.

Ángel Iñiguez Garate.

9ª Móntatelo bien, aunque sea en silla de ruedas.

10ª No hay mayor discapacidad que una mente con barreras.

José Mª Valdepeñas del Valle.



La aventura del deporte



El deporte adaptado, como actividad lúdica, hace que, quienes lo practiquen consigan, no sólo ocupar sus ratos de ocio, o establecer relaciones personales, o enriquecerse con las múltiples vivencias a las que dan lugar, sino que, además, logran beneficiarse de una actividad física que mantiene, o incluso, mejora su movilidad.

Cuando el deporte adaptado comenzó su andadura en el Centro, nadie podía imaginar lo que iba a dar de sí.

El pistoletazo de salida fue Orense, donde se tuvo la primera experiencia deportiva. Ya se intuyó el amplio abanico de posibilidades que ofrecía y se puso en marcha la creación de una estructura que posibilitara en nuestro Centro, tanto la práctica, como la participación en los distintos eventos deportivos, que con carácter nacional e internacional ofrecía esta actividad.

Un equipo humano, formado por trabajadores que, voluntariamente quisieron implicarse, posibilitó la creación de un equipo de deportistas que, con mucha ilusión, comenzó, poco a poco, a entrenar y practicar las técnicas de los distintos juegos y deportes adaptados que existían.

El slalom en silla de ruedas, el lanzamiento de precisión, de distancia, de altura, y algunos otros que, adaptados y clasificados en función a las posibilidades de movilidad de cada persona, ofrecían un mundo antes desconocido para ellos. Permitían sentirse como verdaderos deportistas y, de hecho, eso es lo que fueron mientras duró la práctica de esta actividad.

Mención especial, merece la Boccia como deporte, juego y entretenimiento. Dado que, además de participar individualmente, las parejas y equipos que se formaron, consiguieron, además, la cohesión entre todos ellos y experimentaron que la individualidad estaba siempre al servicio del equipo.

El entrenamiento de las distintas modalidades ocupaba, algunas veces el patio central, otras el salón de actos. La implantación de nuestro propio curso de juegos y deportes adaptados dio lugar a una mejora en las técnicas de entrenamiento y, por ende a una mejora en los resultados de nuestros deportistas.

Las salidas a los distintos campeonatos llenaba, por aquellos entonces, las dos furgonetas de nuestro Centro. Personas, equipajes, material y, sobre todo, ilusión.

Compartir la convivencia en Pamplona, Cáceres, Toledo, ..., e incluso en los internacionales de Londres y Assen, ha sido la experiencia más enriquecedora de todo.

Estos días, que tenemos presente a nuestro querido José Leandro, componente del equipo deportivo, nos hace recordar sus gloriosos momentos como capitán del equipo de Boccia, nos hace sonreír con la felicidad de sus logros y nos contenta saber que con él, y con otras muchas personas, formamos parte de nuestra particular "aventura del deporte", que nos hizo compartir esfuerzos, alegrías e ilusiones.

..., ofrecían un mundo antes desconocido para ellos. Permitían sentirse como verdaderos deportistas y, de hecho, eso es lo que fueron mientras duró...

A José Antonio Astorga Barea

Tus compañeros



¡Qué difícil resumir una vida! ¡Cómo destacar lo importante, lo que para ti, fue importante!

Hemos convivido 21 años, han pasado muchas cosas, hemos cambiado todos.

El objetivo principal de esta Institución es mejorar la calidad de vida de nuestros residentes, integrarlos, rehabilitarlos o asistirlos. De eso damos fe que nunca te olvidaste. Tus estrategias de actuación no partían de una fría estadística de despacho, sino de un mano a mano diario con ellos, eras cercano y cariñoso, vivías prácticamente aquí. No todo fueron rosas, hubo conflictos, roces, decisiones complicadas, enfrentamientos de todo tipo, cómo si no. Somos muchos, cada uno con lo suyo y cada día con su afán. Las relaciones

entre las personas son complicadas y aquí se magnifican porque vivimos con lo mejor y lo peor que nos caracteriza a los seres humanos: la esperanza, el esfuerzo, la lucha por superarse, la enfermedad, el olvido,...

Nadie sabe lo complejo que puede ser barajar estas cartas hasta que te enfrentas en primera persona a estas miserias y grandezas.

Tú pusiste todo el empeño en ello. La huella que has dejado quedó impregnada en cada una de las personas que pudo convivir contigo.

Así mismo, el esfuerzo por las mejoras, se concretó desde los primeros momentos. Las distintas ampliaciones del comedor principal, de la cocina, de

la cafetería; las reformas en el patio central, en las habitaciones,... Todo fue fruto de tu trabajo. Los despachos y pasillos de los Servicios Centrales pueden dar fe de todo ello.

Gracias por todo lo que hiciste. Gracias por tu afán de mejorar. Gracias por habernos ofrecido lo mejor de tu persona.



A nuestro compañero Paco Duro

Tus compañeras de enfermería

Su tez morena y sus ojos negros resaltaban sobre el blanco de su bata.

Después de una breve parada en alguna peculiar taberna del pueblo, para calentarse con un café negro y aliviar el estrés de la carretera, llegaba diariamente puntual con su maletín, cargado de historias, recetas, analíticas, deberes que se imponía para la casa por la falta de tiempo.

Después de los buenos días y tomarle el pulso a las incidencias, volaba por los pasillos visitando enfermos, observando, detectando, analizando, vociferando si era preciso, si algo se le trocaba no perfecto.

Amante de la cultura, de la naturaleza, del conocimiento, de la sabiduría,

en su apretada agenda se organizaba con rigor y sacaba un poquito de tiempo para ayudarnos con la farmacia y aproximarse en un gesto solidario y comprensivo a la sobrecarga de trabajo enfermera.

Amigo de la buena tertulia, de la escucha de experiencias, admirador de edificios emblemáticos, apasionado de los buenos libros y amante de la música, estrujó la vida y aprovechó todas sus aristas, saboreándola y degustándola. Sabiéndola corta, exprimió con intensidad todos sus instantes y momentos con todos los sentidos que permiten atrapar nuestro mundo.

En su notorio afán por la excelencia, era incansable y después de su dura jornada continuaba sus estudios e in-

vestigaciones. Así el día 5 de Octubre de 2003 el Diario Córdoba nos sorprendía con la noticia de su Doctorado con sobresaliente Cum Laude por su tesis "Estudio molecular del proceso de envejecimiento de linfocitos T y células NK" dirigido por el catedrático de la UCO Rafael Solana Lara.

Tu voz amable nos contestó al teléfono cuando nos enteramos de la recaída que habías sufrido. Siempre recordaremos tus cariñosos consejos para que nos cuidáramos. Llevaremos a gala y en nuestro corazón los años que tuvimos el honor de trabajar contigo.

Tus compañeras de enfermería que no te olvidan.

Comité de empresa

Aurea Serrano Fernández
Presidenta

En primer lugar, este Comité de Empresa quiere FELICITAR A TOD@S LOS TRABAJADORES en la conmemoración del 25 Aniversario del CAMF de Pozoblanco y, dar las gracias a todos y cada uno de ellos así como a los distintos integrantes que han formado parte del mismo. Por extensión y de igual forma, a todos los usuarios/as.

En el momento actual, donde de forma regresiva, se pone en duda el estado de bienestar y los derechos generales de las personas (trabajador@s) y se cambia el discurso de “derecho del individuo” por “derecho de los mercados”, el Comité de Empresa como órgano de representación de los trabajadores, cobra hoy, si cabe, mayor sentido.

La defensa de un estado:

- “Democrático: reconocimiento de sus órganos de representación social – Comité de Empresa-)” frente a uno “monocromático y dictatorial” (lleno de “asesores del partido”).

- De “derechos para todos” frente a los

“privilegios de unos pocos”.

- “De valores”...

Es, en definitiva, el objetivo de este Comité de Empresa, es la lucha por la DIGNIDAD DE TODOS LOS TRABAJADORES/AS.

Muchas son las situaciones producidas a lo largo de este tiempo y el esfuerzo realizado por todos para la consecución de mejoras en las condiciones de trabajo:

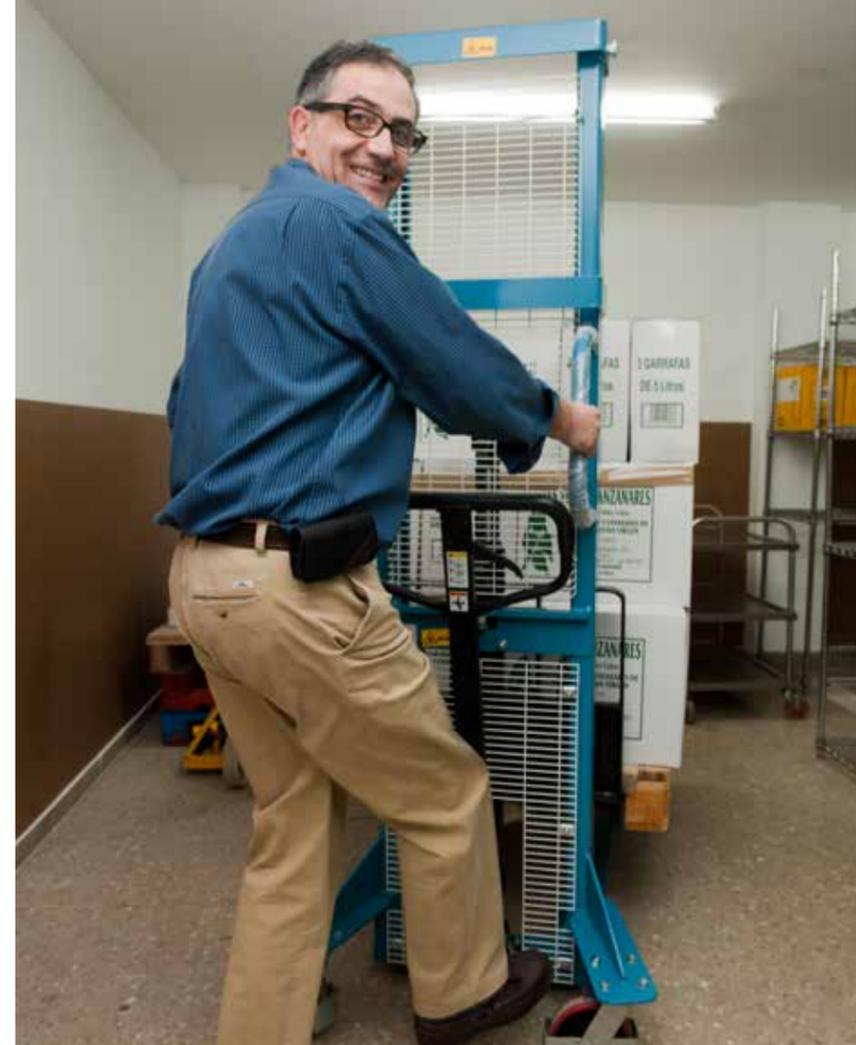
_Recursos humanos (aumento de plantilla, contrataciones,...)

_Recursos materiales (disposición de grúas, lavadoras, cocina nueva,...)

_A nivel organizativo (participación en el diseño de horarios, definición de funciones,...)

Todos estos logros, han sido una labor de TODOS los trabajadores/as que trasladan sus demandas a través del Comité de Empresa, órgano que canaliza éstas y los representa.

Muchas son las situaciones producidas a lo largo de este tiempo y el esfuerzo realizado por todos para la consecución de mejoras en las condiciones de trabajo:...



Se han vivido momentos mejores y peores. Hemos tenido que protagonizar encierros, huelgas, ..., pero la lucha ha merecido la pena, siendo que en muchos de los casos “lo conseguido” ha repercutido en mejoras para los usuarios.

Aunque en la actualidad, desde el Gobierno, se intente anular a los Comités de Empresa, es ahora cuando más se siente el apoyo, el ánimo y la confianza de los trabajadores/as, porque conocen la necesidad de nuestra labor.



Campo de Trabajo Concepcionista

Religiosas Concepcionistas Misioneras de la Enseñanza

Corrían los años 1986-87 cuando nos preguntábamos desde la Pastoral Juvenil qué caminos abrir para un trabajo con los jóvenes en el tiempo de verano. Tomando contacto con la comunidad de Pozoblanco, cuya superiora era entonces M. Dominica Zorita, q.e.p.d., nos dijo que posiblemente en el CAMF de Pozoblanco nos abrirían sus puertas para poder hacer un Campo de trabajo con los residentes de allí. Enseguida se puso en contacto con el Director del mismo, D. José Antonio q.e.p.d., y nos las abrió de par en par, dispuesto a colaborar en lo que fuera necesario.

Hoy son 22 años los que llevamos realizando ininterrumpidamente el campo de trabajo concepcionista en el CAMF y más de 400 jóvenes, en su mayoría chicas, las que han participado con ilusión, interés y entusiasmo en cada uno de ellos. Los grupos siempre han sido numerosos, acompañados de religiosas, viviendo unos días muy especiales, de vacaciones para los residentes y de compromiso para los voluntarios.

Hemos de destacar que es una experiencia humana y solidaria que no deja indiferente al que participa. Por un lado constatamos que estamos educando de forma integral a la persona, educando mente y corazón, como era el deseo de Santa Carmen Sallés. Por otro lado, el contacto con los discapacitados hace más sensible a las personas, más humanas, y también y por qué no, más pobres. La vida sencilla de cada uno de esos diez días nos va enseñando a descubrir una gran riqueza en ellos, aprendemos a comunicarnos con gestos, sonrisas, miradas, palabras,... Cada uno de los residentes va dejando calar un nuevo modo de mirar, acoger, comprender, relacionarte, de una manera que no estamos acostumbrados. Quien comparte esta realidad y deja que le toque por dentro llega a experimentar la realidad de nuestro Dios encarnado y ofreciendo vida en medio de las dificultades,...

Nuestros jóvenes voluntarios a lo largo de estos años se han abierto a esta

nueva realidad, descubriendo que la discapacidad más allá de crear barreras, abre un abanico de posibilidades que experimenta quien la posee y enriquece a quien se acerca y acoge lo diferente. Tanto es así que para muchos de ellos esta experiencia ha sido fundamental en su opción vocacional y profesional, y desde luego esos días han dejado una huella profunda en sus vidas.

Es verdad que esos días los voluntarios son los pies y las manos de los residentes, al principio sólo ven sillas, pero después de unos días descubren a las personas y con ellos comparten las actividades, aunque es mucho más que un desarrollo de actividades lo que hacen: comparten vida, inquietudes, problemas y su rostro y su vida queda grabada en su mente y corazón para toda la vida.

Un botón de muestra lo podemos tomar de una de las participantes del último año 2012. Describe la experien-

cia con el título de RECUERDOS DE LO INOLVIDABLE:

“Un año más, un grupo de voluntarios de diversos colegios Concepcionistas, unos días de julio, nos poníamos en camino hacia la inolvidable vivencia del Campo de Trabajo en el CAMF de Pozoblanco. Chicos de diversos colegios concepcionistas, pasamos de un encuentro con Dios, a un encuentro con nosotros mismos, para conocernos, dar respuestas a nuestras inquietudes y coger fuerzas para participar sin ninguna venda, sin ningún prejuicio, en una de las vivencias más intensas de nuestra vida. Ya en el Centro, muchos residentes de otros años nos faltaban, pero otros muchos llenaron nuestras vidas de ilusión, alegría, de entereza y a la vez de ligereza. Estar allí es como estar en el cielo, por muy cansado que estés y pesados que resulten tus pasos, todos los días se renuevan las sonrisas y engrandecen las expectativas. En estos días hemos visto más allá de nosotros mismos, hemos bailado con personas que únicamente mueven los ojos, conversado con mudos, paseado de la mano con personas que no caminan, cantando con gente que apenas habla y mil experiencias más, que me hacen recordar una frase que ellos nos regalaron años atrás, que citaba así: ‘Sólo hay una discapacidad peligrosa; la de no tener corazón’.”

Queremos terminar dando las gracias a todas las personas que hacen posible que el campo de trabajo se lleve a cabo, desde el ayuntamiento que cada año nos da la bienvenida, al director, coordinadores y trabajadores del CAMF, que nos acogen con cariño y alegría y entregan su vida de forma especial e incondicional en esos días. Y por supuesto, gracias a todos vosotros residentes, porque somos conscientes de que recibimos mucho más de lo que damos.





Maneras de vivir



Arteterapia

Domi Calero García
Maestra de Taller del CAMF
de Pozoblanco



La arteterapia, es un tipo de terapia artística que consiste en el uso del proceso creativo con fines terapéuticos. Se basa en la idea de que los conflictos e inquietudes psicológicas pueden ser trabajados por el paciente mediante la producción artística.

La terapia artística tiene un rango amplio de aplicación, en áreas como la rehabilitación (terapia ocupacional), la educación y la salud mental.

La arteterapia como término y como profesión es de aparición relativamente reciente, como lo es también su historia. Surge en Europa y en EEUU desde principios del siglo XX, pero se desarrolla plenamente a partir de la segunda guerra mundial.

Esta disciplina emerge en el momento en que el clima intelectual – tanto en el ámbito psicoterapéutico como en el artístico- y el social, están maduros para permitir su desarrollo y conocimiento. Como indica la profesora Magdalena Durán:

“Los efectos de la práctica y de la contemplación de las artes sobre la mente se conocían desde tiempos ancestrales. Desde las pinturas de Altamira a las pinturas de arena de los Navajos y los mandalas tibetanos, las máscaras africanas, o los iconos de Bizancio, el arte se ha utilizado para sanar y reparar la visión y la realidad de los individuos o grupos sociales. El poder mágico y liberador de las imágenes, tan real para las sociedades consideradas primitivas y para los niños y los artistas, necesitó del apoyo de los descubrimientos

psicoanalíticos para ser aceptado por la comunidad científica y terapéutica.”

Ventajas terapéuticas de las actividades creativas

El aprendizaje de estas actividades en los usuarios de nuestros Centros, forma parte de un plan de rehabilitación que, de forma multidisciplinar, se le diseña al individuo a su ingreso en los C.A.M.F.

El carácter ocupacional de los Talleres nos plantea una doble función: Terapéutica y formadora; así estará entre nuestros objetivos principales el desarrollar las capacidades residuales del alumno, el mejorar aspectos cognitivos, psicomotores, afectivos o rehabilitadores.

Demostrada está la eficiencia de estas actividades artísticas o creativas por sus inagotables posibilidades y por la gran carga de autosatisfacción que aportan a la persona.

Siendo la pintura la reina indiscutible de este grupo, la cerámica, actividad fundamental en mi trabajo, une a su carácter creativo otra serie de beneficios de tipo psicomotriz. Favorece la realización de una serie de movimientos en manos y muñecas de diversa complejidad. Sólo con el amasado de la arcilla se pueden ir adquiriendo habilidades como el control de la presión, otras como precisión o pulso se irán desarrollando con otros procesos. Enumero a continuación algunas cualidades que hacen de los procesos creativos una terapia inigualable:

- _Hacer algo con nuestras propias manos (boca o pies), nos proporciona un medio ideal para aceptarnos, valorarnos y relacionarnos con los demás.
- _Presenta un desarrollo ilimitado. Estas actividades ofrecen continuas posibilidades de superación, perfeccionamiento, estudio, etc.
- _Ocupa la mente con un alto grado de satisfacción. Necesita concentración y provoca relajación.
- _Es un magnífico medio de expresión de ideas, sentimientos y emociones.
- _Recompensa a la persona en cualquier grado del aprendizaje.
- _Gratifica tanto al creador como al receptor.
- _Equilibra y reajusta el cansancio, la tensión. Calma el estrés.
- _Mantiene su carácter lúdico en todas las fases del aprendizaje.
- _Potencia la participación activa con nuestro entorno.
- _Nos libera de la monotonía.



Sistema pedagógico frente al deterioro

Constantemente en nuestro trabajo diario, aparecen situaciones de desventaja para la realización de ciertas tareas en personas con discapacidades físicas o intelectuales. Será nuestro cometido paliar, en lo posible, estas dificultades.

En primer lugar, será fundamental realizar una elección adecuada de la actividad atendiendo a las características de cada individuo.

Podemos abordar el aprendizaje en personas con deterioro cognitivo teniendo presente que la implicación intelectual del alumno puede tener infinidad de grados, incluso carecer de ella. En el peor de los casos, podemos hacer que la carga ideática recaiga básicamente en el docente. Aun así, podrá participar el alumno en bastantes procesos de elaboración de la obra. Esta participación se irá ampliando progresivamente según las capacidades de la persona. Lo importante es que este proceso creativo, sea cual sea la implicación que se tenga en él, provoque en el autor la satisfacción esperada.

Podemos enfocar también estas actividades creativas (pintura o cerámica) sólo como un medio de expresión, dejando en un segundo plano el aprendizaje técnico.

El arte, convertido en terapia, nos ofrece vías de solución de conflictos. Hay personas que encuentran grandes dificultades para expresar emociones o problemas. El proceso creativo refleja el mundo emocional de su autor como lo hacen los sueños o los procesos de libre asociación de ideas, así el alumno nos comunicará sin palabras sus anhelos, sus miedos, sus ilusiones. En estos casos, la técnica será sólo un soporte. Modelando libremente, pintando con las manos, manchando con colores, el autor libera sus emociones, convirtiéndose el arte en una herramienta catalizadora de su vida interior.

Si el deterioro, por el contrario es físico, el primer planteamiento del docente será la realización de un concienzudo estudio ergonómico tanto del alumno como del entorno.

La adaptación del puesto de trabajo a personas con deterioro físico es espe-

cialmente necesaria dado que dependen más de su entorno inmediato, si no lo ajustamos a sus características repercutirá, no sólo en el confort o la eficiencia, sino también en su salud y seguridad.

La solución de problemas en el proceso de aprendizaje se puede enfocar de dos formas distintas:

1. Intentando que la tarea sea menos exigente.
2. Aumentando la capacidad funcional del alumno mediante el uso de equipos que reducen la discapacidad:

- _Ayudas técnicas o dispositivos especiales que compensen la función disminuida o ausente (Prótesis, ortesis).
- _Ayudas que faciliten el mantenimiento de la postura corporal (Corsé, férulas, collarines).
- _Ayudas que faciliten el desplazamiento (Sillas de ruedas, andadores, muletas).
- _Dispositivos para el control de entorno (Mesas abatibles y basculantes, reguladores de luz y temperatura).

Una vez realizados los ajustes que el alumno necesita, el sistema pedagógi-

co que se aplica en el Centro contiene una programación docente básicamente igual que la desarrollada para otras personas sin discapacidad.

Es muy efectivo, como vía de acercamiento del alumno a la actividad, crear unos llamados "Centros de interés". Consiste esta práctica en asociar el aprendizaje de uso de materiales o técnicas, con un proceso que tenga un incentivo personal para el alumno. Esta personalización del trabajo lo sitúa de manera inmediata como protagonista de su actividad.

Para terminar diré, después de 25 años como profesora de cerámica en el C.A.M.F. de Pozoblanco, que ciertamente para llegar a desarrollar las capacidades creativas, que todos tenemos, se requiere responsabilidad y perseverancia en el aprendizaje, trabajar mucho, vencer muchas dificultades, pero el resultado merece la pena. Mis alumnos se sienten en un plano ventajoso frente a los demás, se valoran, se divierten y, de vez en cuando nos regalan a los demás, lo mejor de sí mismos, una obra de arte.



Disfagia

Verónica García de Torres
Logopeda del CAMF de Pozoblanco



Muchas personas presentan dificultades o incapacidad para deglutir o tragar determinados alimentos. Dicha sintomatología se denomina, en lenguaje técnico, disfagia.

La disfagia supone un trastorno de la deglución por múltiples causas, que a menudo cursa con serios problemas clínicos, como la desnutrición, la deshidratación y las infecciones respiratorias.

Proviene del griego: “Dys” (dificultad) y “Phagia” (comer). Se trata de una sensación subjetiva de dificultad o desconfort para mover el bolo alimentario desde la boca al estómago que afecta a pacientes de todas las edades, desde bebés a ancianos.

Por tanto, la disfagia es la dificultad para tragar o deglutir los elementos líquidos y/o sólidos por afectación de una o más fases de la deglución. Así el término “disfagia” puede referirse a la dificultad para iniciar la deglución (habitualmente denominada disfagia orofaríngea) o a la sensación de que está obstaculizado el paso de los alimentos y/o los líquidos desde la boca al estómago (habitualmente denominada disfagia esofágica).

La disfagia debe diferenciarse de la odinofagia, que es el dolor desencadenado por la ingesta de determinados alimentos, especialmente líquidos fríos o calientes.

Como consecuencia de la disfagia puede producirse penetración de alimento en vías diferentes a la digestiva, es decir, las aéreas, provocando, en ocasiones, episodios de aspiración traqueal o bronquial (por paso de agua o alimentos a la tráquea y bronquios) o aspiraciones silentes (penetración de saliva

o comida por debajo de las cuerdas vocales no acompañada de tos ni de otros signos observables de dificultad deglutoria) con las complicaciones que ello lleva asociado (infecciones, neumonías, etc.).

La actividad de masticación y deglución normal es un rápido y complejo proceso de movimientos voluntarios e involuntarios en el que participan al menos seis pares craneales, los tres primeros segmentos de los nervios cervicales y los 26 músculos de la boca, faringe y esófago. Ello determina que cualquier alteración a nivel estructural, funcional, neurológico o motriz pueda provocar disfagia.

Es necesario un diagnóstico precoz para poder iniciar un plan de intervención/rehabilitación y establecer unas medidas que reduzcan el riesgo de complicaciones.

..., la disfagia es la dificultad para tragar o deglutir los elementos líquidos y/o sólidos por afectación de una o más fases de la deglución.

¿Cuáles pueden ser la causas que provoquen disfagia?

De disfagia oral:

_Debido a aquinesia y/o debilidad muscular (enfermedad de Parkinson, poliomielitis bulbar, enfermedad de la neurona motora, siringomielia, distrofia muscular).

_Masticación dolorosa por candidiasis, herpes simple, tumores de la lengua o boca, traumatismos.

De disfagia faríngea:

Puede ser debida a distintos tipos de lesiones:

_Lesión bilateral de la neurona motora superior (p. ej. ACV): Disfagia pseudobulbar por parálisis muscular espástica.

_Daño medular (esclerosis lateral amiotrófica (ELA), enfermedad de la neurona motora, siringobulbia, poliomielitis).

_Debilidad del músculo estriado (miastenia gravis, dermatomiositis, distrofia miotónica).

_Obstrucciones mecánicas (carcinoma postcricicoideo, divertículo faríngeo, obstrucción cricofaríngea y acalasia).

_Inflamación (tonsilitis, candidiasis, herpes simple).

_Psicológicas (globo histérico, depresión).

De disfagia esofágica:

_Enfermedades neurológicas (acalasia y enfermedad de Chagas, espasmo esofágico difuso, hipertonia del esfínter esofágico inferior, neuropatía autonómica (p. ej. diabetes), esclerosis múltiple).

_Enfermedades musculares (esclerosis sistémica (esclerodermia), lupus eritematoso sistémico, distrofia miotónica).

_Obstrucciones mecánicas (de los anillos): disfagia sideropénica/ Reflujo gastroesofágico, ingestión de fármacos o venenos corrosivos, enfermedad de Behçet, radioterapia / Cuerpos extraños/ Neoplasias / Divertículos esofágicos.

_Enfermedades inflamatorias (esofagitis por reflujo gastroesofágico, disfagia sideropénica, candidiasis, herpes simple).



¿Cómo podemos sospechar la existencia de disfagia?

Son múltiples los síntomas que nos pueden hacer sospechar la existencia de disfagia, entre ellos podemos observar los siguientes:

_Tos o atragantamiento al comer (Aspiración).

_Voz húmeda (Secreciones en la glotis).

_Dificultad en la progresión del bolo alimenticio.

_Residuos en la garganta.

_Hipomotilidad faríngea (reducción de la movilidad de la faringe para empujar el bolo alimenticio hacia el estómago).

_Necesidad de realizar varias degluciones para tragar el alimento.

_Realización de degluciones fraccionadas.

_Pérdida de peso progresiva/ desnutrición.

_Alargamiento del tiempo de la comida.

_Infecciones respiratorias de repetición.

Los trastornos de la deglución se dividen anatómicamente en dos tipos: disfagia orofaríngea y disfagia esofágica, como ya se nombró anteriormente. Y existe una gran variedad de patologías que pueden producir disfagia viéndose afectadas las distintas fases de la deglución (preparatoria oral, faríngea y/o esofágica).

Los pacientes con disfagia orofaríngea refieren generalmente dificultad para iniciar la deglución o para manipular los alimentos en la boca y una mayor dificultad para el manejo de los líquidos.

Suelen aparecer otros síntomas asociados como regurgitación hacia la nariz, tos durante o inmediatamente después de la deglución, cambios en la calidad del habla, etc.

En la disfagia de origen esofágico aparece inicialmente una mayor dificultad para la ingesta de alimentos sólidos.

¿Cómo puede tratarse esta patología?

Los principales objetivos del tratamiento de los pacientes con disfagia van orientados a conseguir una deglución eficaz y segura. Esto implica:

1. Garantizar la cobertura de las necesidades nutricionales e hídricas, para ello habrá que determinar en cada paciente y según su situación clínica, cual es la vía de alimentación más segura y adecuada.

2. Disminuir el riesgo de broncoaspiraciones manteniendo la dieta oral.

_Valorar la consistencia y textura apropiada de los alimentos y de los líquidos consumidos por vía oral.

_Adaptar la consistencia del bolo al déficit del paciente así como la velocidad de alimentación a su ritmo de deglución.

3. Disminuir el riesgo de complicaciones médicas asociadas a la disfagia.

4. Conseguir la máxima funcionalidad de la deglución.

5. Valorar las necesidades y las formas más adecuadas de suplementación nutricional.

6. Orientar a otras vías de alimentación no oral si se precisan (sonda nasogástrica, gastrostomía, yeyunostomía).

7. Seguir la evolución del tratamiento y reevaluar periódicamente la situación clínica general y el estado nutricional.



Ahora bien, el tratamiento a nivel nutricional sigue dos tipos de estrategias:

Estrategias terapéuticas que englobarían aprendizaje de maniobras deglutorias y de esfuerzo muscular (las cuales requieren la colaboración del paciente para ponerlas en práctica y adaptar las diferentes estructuras fisiológicas a la deglución para que se lleve a cabo de un modo seguro y eficaz).

Estrategias compensatorias. El abordaje compensatorio se dirige a facilitar la deglución modificando las variables externas que pueden condicionar el proceso. Las medidas compensatorias contemplan variables como la postura del paciente al tragar, el incremento de la estimulación sensorial, el volumen y la consistencia del alimento, así como

el control del entorno. Estas intervenciones no precisan la participación activa del paciente, sino la formación específica del personal/cuidador para modificar las variables anteriormente mencionadas en función del déficit y necesidades de la persona.

Como norma general a la hora de alimentar a estos pacientes y siempre que sea posible se utilizará la vía oral, eligiendo un lugar relajado y tranquilo y sin factores ambientales que dificulten la atención del enfermo. El cuidador se colocará a su altura y las tomas se harán en pequeños volúmenes. También es adecuado establecer un horario de comidas adaptado a las horas de mayor colaboración del paciente.

En pacientes con disfagia secundaria

a alteraciones estructurales, debe valorarse en primer lugar el tratamiento médico o quirúrgico específico de la etiología de base. En el caso de patología estructural esofágica no susceptible de cirugía, deben considerarse otras opciones como las dilataciones con balón o el abordaje mediante técnicas como la colocación de stents por vía endoscópica que están consiguiendo muy buenos resultados.

La radioterapia en tumores de cabeza y cuello debe valorarse tanto como opción curativa como paliativa.

Existen múltiples estudios de intervención en pacientes con disfagia de origen neurológico (secundaria a ACV y a enfermedad de Parkinson), basados en diferentes estrategias que combinan

en mayor o menor medida cuatro aspectos fundamentales en el tratamiento:

- Medidas generales y ambientales.
- Tratamiento postural y compensatorio.
- Selección de consistencias y volúmenes.
- Modificaciones deglutorias y respiratorias (terapia directa e indirecta).

El abordaje práctico de los aspectos ambientales, posturales, dietéticos y de los ejercicios de rehabilitación se hará con la participación de diferentes profesionales, formando un equipo multiprofesional. La realización de los ejercicios de recuperación la llevará a cabo idealmente el logopeda en colaboración con los demás profesionales.

Otro sentido de la Fisioterapia

M^o Isabel Rodríguez González
Fisioterapeuta del CAMF de Pozoblanco

Cuando oímos la palabra Fisioterapia, muchos de nosotros pensamos en aquellos tratamientos que sirven para curar dolencias osteo-musculares y recuperar a la persona para que vuelva a desarrollar su vida normal, tanto en lo laboral como en lo deportivo, pero si leemos la definición de la Asociación Española de Fisioterapeutas, sabremos que “La Fisioterapia es el conjunto de métodos, actuaciones y técnicas que, mediante la aplicación de medios físicos, curan, previenen, recuperan y adaptan a personas afectadas de disfunciones somáticas o a las que se desea mantener en un nivel adecuado de salud”.

Luego de esta definición sacamos que la Fisioterapia recupera y adapta, algo necesario con los usuarios de un centro como el nuestro, el CAMF, considerado como centro asistencial.

Sabiendo esto, se puede entender mejor el porqué de un tratamiento fisioterápico en pacientes con enfermedades degenerativas neurológicas y del sistema musculoesquelético, así como en aquellos con discapacidades instauradas y sin posibilidad de recuperación, como es el caso de la parálisis cerebral o de la lesión medular.

Con este artículo pretendo explicar uno de los tratamientos más importantes que se llevan a cabo en este Gimnasio Terapéutico y la finalidad que se persigue con los mismos.



MARCHA TERAPÉUTICA

Sabemos que la marcha es una actividad automática que está controlada por el sistema nervioso central y en la cual intervienen múltiples factores como son la edad, el estado óseo y muscular, el tipo de calzado, etc.

Cuando por una lesión o enfermedad este proceso se ve afectado, podemos encontrarnos con un cese total de la capacidad de caminar o con un empeoramiento de la misma, la cual sufrirá alteraciones más o menos invalidantes que conllevarán la necesidad de usar ayudas técnicas o personales para poder seguir caminando.

Ante esto quizás nos planteemos la siguiente pregunta: Si una persona nunca podrá andar sola ni valerse de esta función para la realización de sus actividades de la vida diaria, ¿Por qué la ponemos a caminar? La respuesta a esta pregunta la tenemos en el concepto de Marcha Terapéutica.

Mediante este tipo de tratamiento, el fisioterapeuta pondrá todos los medios humanos e instrumentales necesarios para que un paciente pueda caminar en períodos cortos de tiempo y en espacios reducidos, con el fin de mantener esta función.



Justificamos esta terapia por los siguientes motivos:

Primero debemos conocer los beneficios obtenidos con la bipedestación, ya sea independiente o asistida, y éstos son:

- _La carga es esencial para conservar un alto contenido cálcico en los huesos, y a la vez para la prevención de fracturas.
- _Activa la circulación, tanto en su componente cardíaco como periférico.
- _La bipedestación es un mecanismo de protección frente a alteraciones vesico-esfinterianas.
- _Mejora el tránsito intestinal.
- _Debido a la liberación de la presión ejercida durante el tiempo en silla de ruedas, gracias a la bipedestación se previene la formación de escaras.
- _Disminuye la espasticidad y las contracturas con la consiguiente prevención de deformidades articulares.
- _Mejora el estado anímico, ya que las repercusiones asociadas a la “anormalidad” de que el paciente se encuentre en silla de ruedas suelen ser muy graves. A ello se suma la negativa ante la propia imagen, que induce problemas profundos, y a veces irreparables, en las relaciones sociales.

Cuando además de la posibilidad de ponerse de pie, podemos practicar la deambulación, los beneficios son mucho mayores y aún más si jugamos con los entornos, ya que no es lo mismo para una persona caminar en unas barras paralelas dentro de un gimnasio que hacerlo en un espacio abierto.

Al igual que ocurre con los sujetos sanos, para una persona con discapacidad son importantes los estímulos que les aporta el medio; así cuando alguien que tiene mermada la capacidad de andar, puede hacerlo con ayuda de un andador, bastón o de otra persona y además sale al exterior de la sala de rehabilitación, se sentirá más satisfecho ya que podrá hablar con compañeros a la misma altura, verá el mundo desde una perspectiva distinta a la de la silla



de ruedas y se sentirá parte de un todo que se mueve a su alrededor.

Por todo ello, los fisioterapeutas que trabajamos con personas con discapacidad, nunca debemos olvidar el “sentido psicológico” de la marcha, porque a veces nos centramos demasiado en la esfera de la recuperación física descuidando quizás la repercusión en el estado anímico de todo lo que hacemos.



Un mundo para tod@s

¿Construimos un mundo para todos?

¿Nos hacemos accesibles?

Isabel Cardador Fernández

Terapeuta Ocupacional del CAMF de Pozoblanco

Las capacidades y necesidades que cada persona presenta a lo largo de todo su ciclo vital, las diferentes situaciones que se afrontan, las necesidades de género, las diversas funciones que las personas desarrollan en la sociedad son cambiantes y por ello resulta sencillo establecer diferencias que distinguen a unas de otras. Entre ellas, cabe destacar:

_No todas las personas trabajan ni todas realizan el mismo trabajo

_No todas las personas disponen de coche privado.

_Las personas se desplazan por la ciudad de forma diferente y con objetivos diversos.

_Existen formas diferentes de usar y percibir los espacios.

_Existen formas diferentes de usar y percibir los servicios y los equipamientos públicos.

Es por tanto necesario comenzar a pensar en términos de “diversidad de condiciones” –características físicas, cognitivas y culturales distintas y funciones diferentes– a la hora de planificar, estructurar y gestionar un espacio, edificio o ciudad con el objeto último de que éstos sean accesibles para cada uno de ellos.

Se considera Accesibilidad Universal “la condición que deben cumplir los entornos, bienes, procesos, productos y servicios, así como los objetos o instrumentos, herramientas y dispositivos, para ser comprensibles, utilizables y practicables por todas las personas en condiciones de seguridad y comodidad y de la forma más autónoma y natural posible. Presupone la estrategia de Diseño para Todos y se entiende sin perjuicio de los ajustes razonables que deban realizarse”. (Artículo 2.c de la Ley 51/2003, de Igualdad de Oportunidades, No Discriminación y Accesibilidad Universal.)

La condición de Accesibilidad Universal requiere realizar adaptaciones en los espacios, productos y servicios municipales, suprimiendo las barreras existentes, ya sean referidas a la movilidad, al conocimiento o a los sentidos. De forma complementaria, es preciso asumir que todo lo que se planifica y diseña nuevo, debe estar orientado hacia la diversidad de ciudadanos que habitan en la ciudad y libre de barreras. Es por ello que para conseguir la Accesibilidad Universal es necesario incorporar la estrategia del Diseño para Todos.

La incorporación de la condición de Accesibilidad Universal en la planificación, organización y gestión de la ciudad facilita una convivencia humana sin jerarquías ni roles preestablecidos, adaptada al ciclo de la vida, y sin segregaciones o discriminaciones de determinados colectivos, promoviendo para ello la participación e incluso la visibilidad de las diferentes identidades existentes en la población:

1. Las personas con discapacidad.
2. Las personas inmigradas.
3. Los niños y niñas.
4. Las personas mayores.
5. Otros.

Si miramos a nuestro alrededor, quizás podamos observar como en un bloque de pisos ha sido construida una rampa de acceso al edificio después de que una persona que allí habita con limitación funcional lo haya solicitado reiteradamente. Según va pasando el tiempo, el uso de dicha rampa seguramente no se ha limitado a la persona con limitaciones en la movilidad sino que seguramente la estén utilizando niños que estén comenzando a andar pero aún no tienen las destrezas para subir escaleras, para desplazar el carrito de la compra, al recibir visitas de personas con dolores articulares en rodillas, tobillos y caderas,...



El "Diseño para Todos" es la actividad por la que se conciben o proyectan desde el origen, y siempre que ello sea posible, entornos, procesos, bienes, productos, servicios, objetos, instrumentos, dispositivos o herramientas de tal forma que puedan ser utilizados por todas las personas en la mayor extensión posible. (Artículo 2.d de la Ley 51/2003, de Igualdad de Oportunidades, No Discriminación y Accesibilidad Universal de las Personas con Discapacidad.)

Con el Diseño para Todos se espera recalcar que un diseño inclusivo y considerado nos beneficia a todos, facilita y mejora la vida y la participación social a muchas más personas.

Esto no siempre es así y contrariamente a ello, a lo largo de nuestra historia han aparecido una serie de objetos que aunque originariamente se desarrollaron para apoyar a ciertos grupos con necesidades específicas, como es el caso del grifo manomando (mas fácil de abrir y cerrar el agua, controlar la temperatura...), ya se ha convertido en el estándar del mercado. ¿Quién no tiene en sus casa un grifo monomando?

En el año 1939 se avanzó en el método para lavarse los dientes por usua-

rios que tuviesen limitaciones de movilidad al inventarse el cepillo eléctrico. El utensilio que se diseñó en Escocia no apareció en el mercado de manera general hasta los años sesenta. En el año 2003 los estadounidenses seleccionaron el cepillo de dientes eléctrico como uno de los inventos sin el que no podrían vivir.

Los audiolibros surgieron de la necesidad de lectura que tenían personas con diversidad sensorial. Al tiempo se pensó que ¿Por qué no convertir esa delicia del susurro de las letras, del cariño del beso en una constante en nuestras vidas? En la actualidad, son muchas las personas sin diversidad sensorial que los utilizan mientras dan una paseo, están en la playa,...



Las scooter son un vehículo motorizado utilizado para personas con movilidad funcional disminuida. Actualmente, son muchos los parking donde puedes ver a los vigilantes desplazándose por el mismo en una de ellas.

El fundador de la compañía Oxo, procuró ayudar a su mujer, que tenía artritis en las manos, intentando diseñar para ella y para todos, objetos de cocina que no hiciesen daño al emplearlos y que fuesen fáciles de usar. De allí surgió el cuchillo cortapizza, las espátulas de silicona, cocteleras de plástico para mezclar o batir alimentos,...

El crear, distribuir, diseñar un espacio u objeto para un sólo fin o parte pequeña de la sociedad o la falta de accesibilidad limita la autonomía de las

personas, como su capacidad de elección e interacción con el entorno y sus oportunidades de participación en la vida social, factores que conforman la base para el ejercicio igualitario de las libertades fundamentales.

Con el Diseño para Todos se espera recalcar que un diseño inclusivo y considerado nos beneficia a todos,...



25 años

El CAMF de Pozoblanco. Nuestro Centro

Juan Manuel Alcántara Merino

Cuando se abrieron las puertas, allá por el lejano 1986, se puso en marcha un proyecto que iba a estar cargado de experiencias de vida.

La inquietud que proyectaban todos y cada uno de los trabajadores que animaban los pasillos del centro, anticipaban un futuro ilusionante. Para la mayoría era su primer trabajo estable, que les concedía la oportunidad de comenzar una vida distinta, en muchos casos alejada de sus lugares de origen, y que les permitía pensar en formar sus propias familias. Así fue como se escuchaban, primero, los anuncios de boda. Así fue como, después, se conocieron todos los niños y niñas que daban sus primeros pasos en el salón de actos o en el patio central. Así fue, como, definitivamente, se pudo comprobar que la vida

en el centro se abría paso poco a poco, día a día.

La llegada de los primeros residentes, a comienzos del verano de aquel año, dio verdadero sentido al proyecto. Si bien, al principio, una extraña mezcla de sentimientos (temor, pena, tristeza,...), estaban presentes en el ánimo de los trabajadores que atendían a personas, con discapacidades antes no conocidas por la mayoría, el paso del tiempo trajo la normalización en el trato. La profesionalidad que, tanto la preparación, como la experiencia conforman, actuó de nexo de unión entre unos y otros y convirtió el lugar de trabajo o residencia, en un centro de convivencia mutua.

El transcurrir de los días ha sido una incesable sucesión de momentos, algu-



plemente vividos. Estos últimos, no por no pensados menos importantes, hacen que la organización del trabajo, los medios técnicos y un adecuado entorno físico, contribuyan a que la vida del residente sea la mejor posible. A partir de ahí, el establecimiento de relaciones, junto con un adecuado respeto a las normas de conducta, normalizan, en la medida de lo posible, una vida en la que las barreras, algunas veces, no son físicas, ni se pueden ver, pero hay que seguir trabajando para vencerlas.

De los momentos programados, que han sido muchos, destacar que siempre se pensaron para complementar, animar y enriquecer la vida del residente. De hecho, la experiencia ha demostrado que, salir de la rutina, salir de lo habitual, ofrecer algo más que lo estrictamente necesario, mejora la percepción de felicidad.

Hablar de todos sería una tarea ardua e imposible de plasmar en tan reducido espacio, no sólo por enumerarlos, sino, sobre todo, por describir las sensaciones que cada uno de ellos pudo producir.

Algunos, sin embargo, no se pueden dejar en el olvido:

De lo hecho en el propio centro:

_Marcaron época las llamadas “semanas culturales”, donde se fomentaba la convivencia entre residentes y personal y se le daba sentido a los espacios comunes como el salón de actos y el patio central.

_Actividades de carnaval, donde tras la máscara de los disfraces unos y otros daban brillo y color a la vida y disfrutaban de las actuaciones de comparsas y chirigotas locales. Hay que reseñar



la visita de un grupo de brasileñas que casi hicieron milagros en algún residente.

_La creación de un club de ajedrez, con sede en el CAMF, dio lugar a la celebración de diversas ediciones de un torneo con su nombre, abriendo las puertas para que, a través de la práctica del ajedrez, residentes, trabajadores y personas, tanto de Pozoblanco, como de otras localidades, hicieran del centro un lugar común.

_Desde la apertura del aula de formación, la participación en las actividades que allí se desarrollan y la asiduidad y fidelidad que tienen los residentes que acuden, han sido una constante que demuestra su valoración e importancia.

_La implantación del taller de música y la creación del coro del CAMF, fue clave para que, hasta hoy, el brillo y la armonía de sus voces, amenizara muchos momentos.

_El buen hacer y la alegría con que los monitores de los diversos cursos de animación sociocultural han ocupado tardes y fines de semana, logran que los residentes encuentren sentido a muchos ratos perdidos.

_Como en la despedida de los Sanfermines, el último día del campo de trabajo que las alumnas concepcionistas llevan a cabo en el centro, gestos de tristeza y caras serias se ven por todos los pasillos. Y eso es así, porque desde que empiezan, el frenesí de actividades



y las muchas horas de animada convivencia dentro y fuera del centro, hacen que los residentes entonen el “pobre de mí” y comiencen a contar los días que faltan hasta la nueva edición.

De lo hecho fuera del centro:

_El deporte adaptado, tras la participación en los juegos ibéricos, celebrados en Orense, trajo una muy buena aceptación y una continuidad en el tiempo que se tradujo en la formación de equipos de competición, actividades para su preparación y entrenamiento y desplazamientos a Málaga, Pamplona, Cáceres, Oporto, Barcelona, Londres y Assen.

... el complemento ideal para las personas que viven en un centro como éste es planificar y llevar a cabo actividades tanto fuera como dentro del mismo, ...

_Viajes, salidas y excursiones forman un capítulo extenso y variado. Desde las primeras visitas a Córdoba, pasando por los recorridos a las localidades cercanas, hasta conocer el Madrid de los Austrias y “veranear” en las playas de Torrox, múltiples y diversas localidades se pusieron al alcance de las dos furgonetas del Centro que, atestadas de residentes y trabajadores, se equipaban de ilusión y ganas de disfrutar.

Cuando se sale del centro, trabajadores y residentes cambian la perspectiva en sus relaciones. La lógica expectación ante una actividad ilusionante, hacen que la “epicureidad del antes, el durante y el después”, sea motivo de disfrute por todos. Unos porque esperan de esos momentos algo distinto a lo que les sucede en el día a día. Otros porque entienden que, del trabajo hecho con ilusión, siempre van a salir beneficiadas las personas que le dan sentido a su labor.

Salir del centro significa contar con menos medios técnicos, supone tener que salvar todas las barreras que una persona con discapacidad se encuentra por todos los lados, significa, pues, que unos y otros han de poner de su parte para salvar las dificultades. El residente se torna menos “exigente”. El trabajador se ofrece más “dispuesto”. Este binomio consigue que el aire que se respira en todas las salidas, además de ser distinto, se torne más “oxigenante”.

Quizás, en alguna ocasión, cuando los aseos eran del todo inaccesibles, se ha visto algún que otro olivo, alegrado por la hilarante compañía de grupos de excursionistas. Acaso, cuando aún no abundaban las sillas acuáticas, se oteaban cámaras de rueda de camión en las aguas de Torrox.

Con toda seguridad, en la mayoría de las ocasiones, el horario sólo ha estado marcado por la necesidad de descanso.

Tarde era cuando, con ocasión de un torneo de ajedrez en Córdoba, tras la necesaria cena y el merecido paseo por sus calles, se oía a un alborozado grupo de sillas de ruedas, con nuestro querido Paco Duro a la cabeza, entonar el canto del bingo logrado con la suerte “del principiante”. Todos contentos, todos felices.

Bien entrada la madrugada, una ventana mal cerrada del antiguo hospital de Pamplona, permitía acceder a su interior y abrir las puertas, para que el numeroso grupo de deportistas pudiera poner algo de carga en las baterías de sus sillas y en reposo sus cansados cuerpos. Y todo eso sin molestar a Onofre, el encargado, que nos advirtió del estricto horario que había que observar. Al día siguiente se veía al grupo con cara de inocentes y al encargado con cara de extrañeza.

Todas las terrazas cerradas y el paseo marítimo de Torrox prácticamente vacío. Era el paisaje que dominaba la vuelta nocturna. Segura-



mente se retardaba la hora de dormir, para no tener que soportar las oleadas y oleadas de enormes mosquitos que bombardeaban brazos, piernas y caras.

De todas formas, y por muy tarde que llegara el descanso, la jornada de día era acometida con entusiasmo (y algún que otro bostezo). El aseo, el desayuno, la medicación,... El baño en la playa, con el sol, con su calor, con sus espejos,... La competición, con la alegría de las victorias, con el sinsabor de las derrotas,... La visita a la catedral, con la subida de los escalones, con su correspondiente bajada,... Todo se hace distinto, todo se vuelve diferente. Todo se vuelve difícil, todo se hace sencillo.

Pensar que el complemento ideal para las personas que viven en un centro como éste, es planificar y llevar a cabo actividades tanto dentro como fuera del mismo, que desarrollen atenciones distintas a las habituales y estrictamente necesarias, que ayuden a su normalización, que colaboren en su percepción de felicidad, es acertar de pleno.

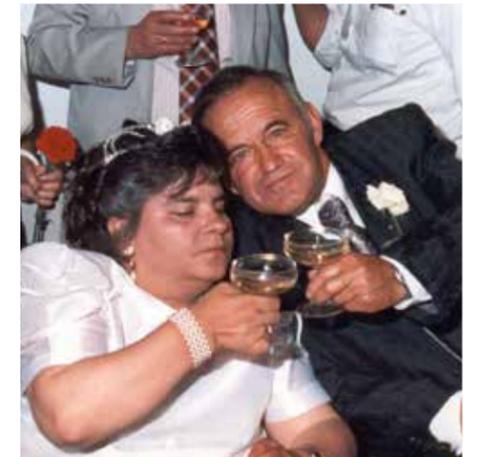
Es un orgullo para el CAMF de Pozoblanco, no sólo mirar atrás y comprobar todo lo que se ha podido hacer, sino saber que no se puede mirar hacia delante sin seguir haciendo y mejorando lo ya hecho.

Imágenes para el recuerdo



La relación entre personas, que empieza a través de una vinculación profesional, hace que poco a poco el lugar de trabajo se convierta en un centro de convivencia mutua, pero hay algo más: las actividades que permiten salir de la rutina y romper con lo habitual. Cada una de ellas, da otro giro a la tuerca en este mismo sentido, proporcionando a todos una mayor dosis de felicidad.







Hay tanto que contar... Las "semanas culturales". Actividades de Carnaval. La creación de un club de ajedrez. La apertura del Aula de Formación. La implantación del taller de música y la creación del coro del CAMF. Los cursos de Animación Sociocultural. El frenesí de actividades del campo de trabajo de las alumnas concepcionistas. El deporte adaptado, las bodas en el Centro, etc.

Viajes, salidas y excursiones forman un capítulo extenso y variado. Cuando se sale del centro, trabajadores y residentes cambian la perspectiva en sus relaciones. ¡Hay tantas anécdotas!



Commemoración del 25 aniversario

Comité de Honor 25 aniversario CAMF Pozoblanco

S.M. La Reina D^a. Sofía

D^a Ana Mato Adrover
Ministra de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad

D. Juan Manuel Moreno Bonilla
Secretario de Estado de Servicios Sociales e Igualdad

D. César Antón Beltrán
Director General del IMSERSO

D. José Antonio Griñán Martínez
Presidente de la Junta de Andalucía

D. Pablo Carrillo Herrero
Alcalde-Presidente del Excmo. Ayuntamiento de Pozoblanco

Organiza:

Comisión 25 Aniversario CAMF Pozoblanco

Colaboran:

Ayuntamiento de Pozoblanco
Concejalías de Cultura, Servicios Sociales y Urbanismo

Salvador Navas Rueda
Francisco Salinas Martínez

Javier González Cava. Infografía

Peña Cultural Flamenca “Agustín Fernández”;
Antonio García, Vidal Barrios, Rafael Barrios,
Juan Fernández, Pili Acaíñas,
Rafael Trenas, Jesús Molina

Festival Andaluz de Jóvenes Artistas Emergentes “Periscopia”

Jornada Técnica del Foro Andaluz del Bienestar Mental
Fernando Santos Urbaneja

Concepción Toro Rafalo

Federico Cabello de Alba

Berta González Antón

Grupo de Autogestores de PRODE

Beatriz Mellado Rider

Ana Salas Luque

M^a Cruz Blanco Velasco

Foro Andaluz del Bienestar Mental

Comisión de Discapacidad del Colegio de Abogados de Córdoba
PRODE

Héctor Maravall Gómez Allende

Jesús Ángel García Isidoro

Conservatorio de Música de Pozoblanco “Marcos Redondo”

Cuarteto “In crescendo”

compuesto por estudiantes del Conservatorio:

Lucía Bautista, María Escoresca, Celia Amor, Cristina Amor

Studio 5

Gracias a todos los trabajadores del CAMF
por su implicación en los actos conmemorativos
y en esta publicación

MAYO

30 mayo. Presentación a los medios de comunicación del 25 aniversario del CAMF Pozoblanco.

MAYO A JULIO

Exposición banderolas en exteriores emblemáticos de la localidad con trabajos de los talleres ocupacionales del CAMF.

JUNIO

1 junio. Presentación 25 Aniversario. Comité de Honor. Homenaje a residentes y trabajadores con 25 años en el centro. Inauguración Exposición Permanente Talleres Ocupacionales del CAMF (Salón de Actos). Fotografías para el recuerdo (pasillo central del CAMF). Convivencia residentes-trabajadores. Cena - Verbena con el grupo "Sentidos".
 2 junio. Día de convivencia de Trabajadores del CAMF (Caseta Municipal del Recinto Ferial de Pozoblanco).
 20 junio. Concierto "17 años cantando". Coro del CAMF.
 29 junio. Juegos tradicionales y juegos adaptados. Muestra gastronómica.

JULIO

2 julio. Conferencia "Deporte y Discapacidad, una vida que merece la pena vivir". Francisco Salinas Martínez (Atleta paralímpico). Salvador Navas Rueda (Medalla bronce de Slalom).
 13 julio. Participación del CAMF en Periscopía. Pasacalles con la Charanga "El Trompetón". Exposición de talleres del CAMF por la localidad.

SEPTIEMBRE

21 de septiembre. Noche Flamenca. Al cante: Antonio García de Pozoblanco, Vidal Barrios, Rafael Barrios "Niño de Añora", Juan Fernández de Estepona, Pili Acañas. A la guitarra: Rafael Trenas. Al baile: Jesús Molina. Presenta: Antonio Carlos Ruiz.

OCTUBRE

17 octubre "Jornada del Foro Andaluz del Bienestar Mental" Organizado por el Foro Andaluz del Bienestar Mental. Comisión de Discapacidad del Colegio de Abogados de Córdoba, CAMF y PRODE.
 27 octubre. Concierto "Cuarteto Granada". Programa Luces. Patrocinado por la Concejalía de Cultura del Excmo. Ayuntamiento de Pozoblanco.

NOVIEMBRE

14 noviembre. Mesa Redonda: "25 años en los Servicios Sociales Públicos". D. Héctor Maravall Gómez Allende.
 24 noviembre. Concierto del alumnado del Conservatorio de Música de Pozoblanco "Marcos Redondo".
 29/30 noviembre. Jornadas de Puertas Abiertas del CAMF de Pozoblanco con motivo del 25 Aniversario.

DICIEMBRE

3 diciembre. Día de las Personas con Discapacidad. Nombramiento Residente de Honor 2012. Presentación de la Publicación "25+1". Presentación del LIP-DUB (Vídeo Clip) del CAMF de Pozoblanco.

Clausura del Programa de Actos 25 Aniversario CAMF Pozoblanco.



Presentación de actividades 25 Aniversario



Exposición de fotografías para el recuerdo



Convivencia de trabajadores



Banderolas en exteriores



Visita al CAMF de la Copa del Mundo de Fútbol



Conferencia "Deporte y Discapacidad"



Concierto Coro del CAMF

Juegos tradicionales



Reconocimiento al CAMF por parte de la Subdelagación del Gobierno en Córdoba con motivo de su 25 aniversario

Exposición en Paseo Marcos Redondo



Pasacalles Festival Periscopia





Grabación LIP-DUB



Mesa Redonda: "25 años en los Servicios Sociales Públicos"



Noche Flamenca

Jornada Técnica del Foro Andaluz del Bienestar Mental



Concierto Banda Municipal de Pozoblanco



Concierto del alumnado del Conservatorio de Música de Pozoblanco "Marcos Redondo"





Los auténticos protagonistas

A continuación se recoge de forma muy breve el testimonio de algunos de los residentes del CAMF, para que todos los conozcamos mejor, para que sepamos quiénes son, cómo viven y, sobre todo, para que aprendamos una importante lección: que la discapacidad no es un obstáculo para disfrutar de la vida.

Antonia Díaz, 66 años. Tetraparesia por secuelas de Meningitis. Amante de la lectura. Dice haber leído más de 100 libros. Se define a sí misma como un “ratón de biblioteca”. Es toda una veterana del centro, lleva 25 años en el CAMF y asegura que, desde que llegó, su vida ha mejorado en todo. Antoñita, como todos la conocen, asiste cada día al Aula de Formación, al Taller de Animación Socio-Cultural y participa en el coro del CAMF los viernes, aunque ahora está algo ronca y se tiene que cuidar la voz. Dice tener muy buena relación con todos y da un gran valor al cariño que recibe: “Me quieren mucho”. Nos habla de Charo, la profesora del Aula de Formación: “Es un encanto, todos los problemas a ella, nos da ánimo,...”. Habla de las barreras que encuentra en la calle. “Hay rampas, pero te ponen un coche delante y ya no puedes pasar”. Lo que más le ha gustado del 25 Aniversario ha sido el pasacalles con el dragón por las calles de Pozoblanco.

Ben Ali Abdelkader, 61 años. Paraplejía. Ben Ali es otro veterano, lleva 25 años en el CAMF. Como él mismo dice: “Disfruto con todo”. Su actividad favorita es el taller de cerámica. Muchas de las obras que se pueden ver en las paredes del centro llevan su firma. Acude al Aula de Formación con asiduidad, y es que no quiere dejar de aprender cosas nuevas. Ben Ali ha aprovechado bien el tiempo. En estos años ha conseguido el Graduado Escolar (actual equivalencia a la ESO) y cuenta con el título de Administrativo, obtenido en el Centro de Formación Profesional de Pozoblanco. “Conseguir mi titulación me satisface mucho”. En estos años dice haber mejorado a todos los niveles: personal, social, económico,... Presume de estar muy integrado en el centro y recalca que también está muy integrado en el pueblo: “Me encanta echar un rato con la gente. Conozco a mucha gente dentro y fuera del centro”. Le preguntamos qué aconsejaría a un nuevo residente y nos contesta: “Que dé la oportunidad para dejarse ayudar, que se sienta bien en esta casa, que participe”.

Pepe Arroyo, 52 años. Esclerosis múltiple. Pepe lleva tan sólo 2 años en el centro. Quiere dejar muy claro que lo mejor que le ha pasado en el centro es Charo, la profesora del Aula de Formación. Nos dice que más que una profesora es una amiga, una hermana. En el tiempo que ha transcurrido desde su entrada en el CAMF, ha ganado movilidad y fuerza en las manos. Nos enseña la primera hoja de su cuaderno de escritura y la evolución es evidente. También comenta que gracias al centro ha ganado en independencia: “Ahora me lavo yo mismo”. Acude al gimnasio a diario y hace pesas y abdominales. “Hay que mantenerse en forma, que si no luego...”. Pepe no es de Pozoblanco, pero no quiere cambiar de centro, dice que está muy a gusto con compañeros y cuidadores y da mucha importancia al hecho de tener una habitación para él sólo. Lo que más le ha gustado del 25 Aniversario ha sido la verbena con “Sentidos”.

Mª Antonia Hernández, 54 años. Ataxia Friedreich. Mª Antonia es natural de Valladolid. Entró en el centro hace casi 8 años. Nos dice que en el centro la tratan muy bien, que las cuidadoras son muy agradables y cariñosas y que hay mucha limpieza, aunque asegura que debido a la crisis hay menos cantidad de comida. Sus manos no dejan de temblar. Mientras nos muestra unas cuantas hojas escritas en su cuaderno, Mª Antonia comenta que cuando llegó al centro no podía escribir. En cuanto a las barreras arquitectónicas, menciona lugares que cuentan con ascensores e incluso con un espacio reservado para discapacitados físicos, pero que no tienen rampas: “En caso de incendio, si no funciona el ascensor, no tenemos otro modo de salir. Esto se les ha olvidado”. Preguntamos qué consejo daría a un nuevo residente y contesta: “Que no se vaya de este centro, hay mucha libertad y me han comentado que es de los mejores”. Lo que más le ha gustado del 25 Aniversario ha sido la Muestra Gastronómica.

África Hernández, 52 años. Ataxia Friedreich. África es hermana de Mª Antonia. Entraron juntas en el CAMF. A África lo que más le gusta es leer, estudiar y escribir. Ahora está recordando cosas que había olvidado; Historia, Geografía, etc. Dice que Charo, la profesora del Aula de Formación, es su ángel de la guarda, “se lo contamos todo, tenemos confianza para expresar todo,...”. Sobre todo, hace hincapié en su independencia. A África le gusta mucho salir, va al teatro, a la feria,... La mejoría desde que entró en el centro ha sido notable. Ahora está orgullosa de ser más abierta, menos cobarde, y de comunicarse



con todos. África dice: “Dadas nuestras circunstancias y enfermedad, el centro es lo mejor que nos ha podido pasar”.

Rafael García, 67 años. PCI (Parálisis Cerebral Infantil). Rafael es otro de los veteranos. Ha pasado ya casi 20 años de su vida en el centro, y aunque confiesa que al principio se quería ir, ahora se siente como en casa. Disfruta jugando al dominó con sus compañeros, aunque hay algo de lo que disfruta aún más, los debates sobre temas actuales que tienen lugar en el Taller de Animación Socio-Cultural. “Lo que más me gusta es hablar, enterarme de cosas, aprender...”, “...le doy muchas vueltas a la cabeza, y no pregunto tonterías”. Por eso, otro de los momentos que más disfruta son sus charlas con Victoria, la Psicóloga del centro. Rafael sale mucho a dar paseos por el pueblo, le encanta hablar con unos y con otros, conocer a la gente, pero siempre con un mismo fin, que todos sepan cómo es la vida de las personas con discapacidad, que tomen conciencia de que ellos no son menos que los demás. En sus salidas sigue encontrando muchas barreras, tiendas con rampas demasiado inclinadas o rampas que antes tienen un escalón, entre otras. Un consejo para los nuevos residentes: “Que esperen, que hablen con la gente, que poco a poco van a mejorar”.

Jesús López, 56 años. PCI (Parálisis Cerebral Infantil). A Jesús lo que más le gusta es la informática. Acude al Aula de Formación diariamente, donde trabaja las distintas áreas de aprendizaje, con el ordenador portátil adaptado a su discapacidad. Ya lleva 16 años en el CAMF. En general está muy bien, disfruta y se entretiene mucho. Por encima de todo, valora la atención recibida. Dice tener muchos amigos en el centro, y también en el pueblo, donde todavía sigue encontrando algunas barreras arquitectónicas. Afirmo que el centro ha supuesto para él una experiencia muy positiva: “Yo estoy a gusto desde el primer día”. Lo que más le ha gustado del 25 Aniversario ha sido la noche del patio central, por la convivencia de residentes y trabajadores.

Antonio Lorenzo, 50 años. PCI (Parálisis Cerebral Infantil). Antonio lleva ya 15 años en el CAMF. Trabaja diariamente en el aula de formación, entre otros servicios, para evitar el deterioro cognitivo en la medida de lo posible. Escucha música, le gusta asistir a los conciertos que se celebran en la localidad y especialmente en el Teatro El Silo por la accesibilidad que tiene, así como la reserva de plazas para personas con discapacidad física. Por suerte, su sentido del humor está intacto. Cuenta sin parar de reír como un día fue a comprar agua a una tienda y cayó al suelo tras perder el control de su silla en una rampa muy elevada. Ahora sale acompañado. Antonio está muy bien. Dice: “Soy muy feliz”.

Antonio Fernández, 34 años. Hemiplejía consecuencia de Traumatismo Craneoencefálico. Antonio sólo va al CAMF por las mañanas. Tiene un grado muy bajo de dependencia. Después de comer se va a su casa. Distribuye su tiempo en el centro entre el Aula de Formación, el Gimnasio y el Aula de Informática. Es usuario del centro desde hace 9 años. Sin dejar de hacer bromas nos cuenta que desde que llegó ha hecho muchos amigos. Comenta que se recibe muy bien a la gente y dice “aquí se está estupendamente”.

Carlos Cortes, 32 años. Tetraparesia secundaria a Hipoxia Cerebral. Carlos tiene dificultades en el habla espontánea. Lleva tan sólo unos días en el CAMF. Tiene la licenciatura en Derecho, obtenida antes de sufrir el accidente que le ocasionó la discapacidad que tiene en la actualidad. Le gusta la televisión, la lectura y con sus dificultades está motivado para participar en las actividades que se le ofrezcan. Le preguntamos qué diría a alguien, que como él, entrara nuevo al centro. Contesta: “Paciencia”.

Soledad García, 51 años. Parálisis del nervio ciático del miembro inferior izquierdo. Soledad participa absolutamente en todos los servicios que el centro le ofrece: Taller de Animación Socio-Cultural, Taller de alfombras, Coro del CAMF, aula de formación, actividades recreativas, excursiones y vacaciones IMSERSO, etc. Lleva 4 años en el centro y cuenta que se adaptó desde el primer día: “Aquí todos somos iguales, ni somos más ni menos que nadie”. En este tiempo ha notado mejoría a todos los niveles y, sobre todo, está muy agradecida por la atención que recibe: “Nos ayudan, no nos dan de lado”. No obstante, señala que aún queda mucho por hacer en cuanto a las barreras que encuentra en la calle: Coches tapando rampas, difícil acceso a determinadas tiendas y locales, etc. Aunque para Soledad, las barreras más difíciles no son las arquitectónicas, sino las sociales. Soledad disfrutó mucho del pasacalles con el dragón.

Petra Pozuelo, 53 años. Artritis Reumatoide. Su estancia en el CAMF es corta en relación a otros residentes. Tan sólo han pasado 20 meses desde su entrada, aunque ya participa en varias actividades: Informática, Taller de alfombras, Gimnasio,... De lo que más disfruta es de salir a la calle, ir al mercadillo, dar paseos, la Navidad,... Al igual que muchos de sus compañeros, también se muestra más preocupada por las barreras sociales que por las arquitectónicas. Ya tiene algunas amigas. Además, desde que ha llegado ha notado cierta mejoría en su enfermedad. Sobre todo, ha mejorado significativamente de su depresión. Petra es la encargada de atender a los nuevos residentes, mostrarles el centro y ayudarles a integrarse. A todos ellos les da el mismo consejo: que esperen, que no se vayan. Lo que más le ha gustado del 25 Aniversario ha sido la Noche Flamenca.





Gracias a todos por estos 25 años

