

serCapaz



ENTREVISTA
LUIS RODRÍGUEZ
VICERRECTOR DE ESTUDIANTES
DE LA UNIVERSIDAD DE OVIEDO

**MARCA LA
X SOLIDARIA
Y DECLÁRATE
FELIZ**

**DEDICA PARTE DE
TUS IMPUESTOS A
LA SOLIDARIDAD**



ACTUALIDAD
ASAMBLEA GENERAL
DE COCEMFE



**PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA
DE ATENCIÓN INTEGRAL PARA
LAS MUJERES
CON DISCAPACIDAD**



**DÍA MUNDIAL DE LAS
ENFERMEDADES RARAS**



Powered by experience.



**Energía, Oil & Gas
Minería y Handling
Servicios Industriales
Sistemas Inteligentes
Fabricación**

DF, la nueva marca de Duro Felguera, una compañía con 155 años de experiencia que sigue creciendo en sectores de futuro, ejecutando proyectos «llave en mano» en numerosos países de Europa, América, África, Asia y Oceanía.

dfdurofelguera.com

SUMARIO

ASOCIACIONES

04 ASEMPA

12 AENFIPA

ENTREVISTA

24 Luis Rodríguez Muñiz

Vicerrector de estudiantes de la
Universidad de Oviedo

COCEMFE ACTUALIDAD

28 Campaña de visibilización de las
Enfermedades Raras

32 Presentación en Asturias de
la Campaña "La X Solidaria"

34 "For an inclusive europe"
para una europa inclusiva

36 COCEMFE Asturias desarrolla
el Programa de Atención Integral
para las Mujeres con Discapacidad

ACCESIBILIDAD

38 Noticias

ESPACIO ABIERTO

43 El Ayto. de Gijón pone en marcha un
Servicio de Asesoramiento gratuito para
personas con discapacidad y mayores

44 "Sexualidad..." por favor un poco
de educación

serCapaz Nº 55.

Consejo de redacción:

Mónica Oviedo y Eva de las Heras.

Publicidad: Susana Fernández

Tlf.: 985 392 290 - (susana@grupoiniciativas.com).

Diseño y Maquetación:

C.E.E. Grupo Iniciativas de Comunicación Integral, S.L.

C/ Jove y Hevia, 31 bajo. 33211- Gijón (Asturias).

Tlf.: 985 392 290 - Fax: 985 990 187.

info@grupoiniciativas.com - www.grupoiniciativas.com

Impresión y Fotomecánica: Ecoprint (Asturias).

Colaboradores: Ana Paz González, Cecilia López,
M^a. Dolores Santos, Carolina Collar, Susana Calvo,
David Fernández, Conchi Fernández y Miguel Mateos.

Las opiniones expresadas por los colaboradores reflejan únicamente
las ideas de los mismos.

Está prohibida la reproducción total o parcial de los contenidos de
esta revista sin la autorización del Editor.

Para contactar: comunicacion@cocemfeasturias.es

DEPÓSITO LEGAL: AS - 2755-2000 - ISSN: 1699-1125



EDITORIAL

La revista "serCapaz", que tenéis en vuestras manos ha llegado al igual que en otras ocasiones tras un exhaustivo trabajo de recopilación y documentación de cuantas novedades y asuntos de interés conciernen al conjunto de personas con discapacidad física y orgánica de nuestra región.

Hemos dado un paseo a través de un cuatrimestre de duro y apasionante trabajo, dirigido a paliar las dificultades con las que se enfrentan **las personas que tienen una enfermedad "rara" o poco frecuente, los alumnos y alumnas con necesidades educativas especiales, la grave situación de desempleo que afecta al colectivo de personas con discapacidad, las discriminaciones a que siguen sometidas las mujeres con discapacidad**, incluso más graves que las de los hombres en similares circunstancias o llevando a cabo una intensa labor, **favoreciendo la implantación de la cultura de la "Accesibilidad Universal y Diseño para todos"**.

Todo esto junto con la entrevista realizada a **Luis Rodríguez Muñiz**, vicerrector de estudiantes de la Universidad de Oviedo, para conocer de cerca algunos de **los programas y actividades realizados por la Universidad en materia de discapacidad** conforman esta publicación que esperamos sea de vuestro interés.

LOS DATOS DE CARÁCTER PERSONAL

de los suscriptores de la revista serCapaz se encuentran incorporados a un fichero titularidad de Cocemfe Asturias, cuya finalidad es la gestión de la misma.

Los suscriptores que deseen darse de baja o ejercitar gratuitamente los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición sobre sus datos pueden hacerlo enviando comunicación escrita dirigida a:

COCEMFE ASTURIAS

Dr. Avelino González, 5 bajo. 33211-Gijón
comunicación@cocemfeasturias.es

Fax: 985 95 07 56

Introducción a las terapias asistidas con caballos

Cuando alguien se pone a pensar en los caballos, enseguida se nos viene a la cabeza conceptos como: dinero, lujo, fiestas, famoseo...

Pero el mundo de la hípica y la equitación abarca mucho más; en este artículo se va hacer una breve introducción de una terapia menos conocida en la que se utiliza al caballo como herramienta rehabilitadora que actúa conjuntamente con el ser humano.



ANTES DE SEGUIR CON ESTE ARTÍCULO SE HA DE ACLARAR QUE CUANDO HABLAMOS DE TERAPIAS CON CABALLOS HACEMOS ALUSIÓN A TRES CONCEPTOS, QUE AUNQUE SEAN PARECIDOS NO SON IGUALES:

HIPOTERAPIA

Se trata del uso de una serie de técnicas rehabilitadoras que se pueden aplicar a un elevado número de cuadros discapacitantes. Los asistentes a la actividad no pueden apenas ejercer acción alguna sobre el caballo.

EQUITACIÓN O MONTA TERAPÉUTICA

En este caso los participantes pueden ejercer algún tipo de acción sobre el caballo, bien sea sobre él o pie a tierra. En este caso usaríamos al caballo como una herramienta para tratar problemas de tipo psicosomáticos, modificaciones de conducta, entrenamiento en habilidades cognitivas...

EQUITACIÓN COMO DEPORTE PARAECUESTRE

Hablaríamos del deporte de la equitación como tal, pero con las adaptaciones necesarias.

Momento de una sesión de hipoterapia en el Club Hípico Astur de Gijón, de la mano de la Asociación de Enfermos Musculares del principado de Asturias (ASEMPA).

EN LA FOTO:

Francisco Temprana (técnico). Asier (participante en la actividad) y Ana Paz (pedagoga), junto con Perejil (caballo).

Desde tiempos antiguos el caballo se ha utilizado como una importante herramienta de trabajo y de transporte. Y en la actualidad también se utiliza como una importante herramienta terapéutica.

Hoy por hoy y gracias al esfuerzo de distintas asociaciones del

los alces ROPA DE VESTIR.
hogar y textiles

GIJÓN: Avda. Manuel Llaneza, 5. T. 985 152 776 - MIERES: Numa Guilhou, 22. T. 985 466 364
AVILÉS: Dr. Severo Ochoa, 4. T. 985 527 379

Para oír bien

AUDIOLOGIA
SUAREZ BASCARAN
25 Años de experiencia

- Adaptaciones de audífonos personalizados en adultos
- Somos especialistas en adaptaciones infantiles
- Servicio propio de reparación y fabricación

Uria, 70 - 3º E. 33003 Oviedo
Tlf. 985 20 66 86. Fax 985 20 62 74
E-mail: infovd@audiologia.es

Navía, 1 Bajo. 33205 Gijón (Asturias)
Tlf. 985 34 80 69. Fax 985 35 65 00
E-mail: info@audiologia.es

Principado de Asturias se están llevando a cabo distintas actividades que promueven el desarrollo de Terapias Ecuéstricas. Sus beneficios están plenamente demostrados (como toda terapia se requiere de la aprobación de un facultativo que acredite que la terapia no sea contraproducente o perjudicial para el paciente).

El caballo actúa como un importante agente rehabilitador con todas aquellas personas que acuden a la terapia: por una parte el caballo jamás va a juzgar a la persona que lleva sobre su dorso, es por esto que muchos de ellos ven aumentada su autoestima al ver que son capaces de manejar y montar sobre un animal mucho más grande que ellos sin ningún problema. Entre los beneficios que proporciona la hipoterapia hay que resaltar un aumento de la efectividad. Se establece entre ellos una corriente afectiva que mejora su estado de ánimo. Es normal ver como los participantes en la terapia se abrazan al cuello del caballo y le proporcionan caricias. Como resultado se relaciona mejor con los demás y se muestran contentos. También la ejercitación muscular que desarrollan al montar mejora su tono y autonomía personal. Asimismo, el caballo, debido a que tiene una temperatura corporal superior a la del ser humano (37/38°C) actúa

como un importante transmisor térmico, lo que a su vez provoca un elemento placentero y rehabilitador al paciente.

De la misma manera, actúa como un patrón de locomoción puesto que su marcha emula a la humana; de esta manera, se puede hacer que el paciente recuerde como se camina, ya que mientras se encuentre sobre el animal estará emulando el patrón de marcha humano.

Para finalizar, **hay que destacar el importante trabajo y esfuerzo que se lleva a cabo desde las distintas asociaciones del Principado de Asturias, que mediante un gran esfuerzo, intentan fomentar este tipo de terapias** ayudados por profesionales cualificados y con los conocimientos suficientes para el pleno desarrollo de esta terapia.

Ana Paz González Fernández

(Pedagoga y monitora dentro del programa de terapias asistidas con caballos de ASEMPA)



ENTRE LOS BENEFICIOS QUE PROPORCIONA LA HIPOTERAPIA HAY QUE RESALTAR

- El aumento de la efectividad.
- La ejercitación muscular que desarrollan al montar mejora su tono y autonomía personal.
- El caballo, debido a que tiene una temperatura corporal superior a la del ser humano actúa como un importante transmisor térmico, lo que a su vez provoca un elemento placentero y rehabilitador.

Hace 50 años tuvimos una idea. Una idea para una banca cooperativa. Pero fuiste tú quien la hizo realidad.

Y el tiempo te ha dado la razón.

La banca de siempre, la de confianza.

Estos 50 retratos son los de 50 socios, clientes y empleados de Caja Rural de Asturias que han querido, de esta manera, compartir la celebración de estos primeros 50 años de nuestra historia.

1965 · 2015

50
ANIVERSARIO

Estás en **TuCaja**

CAJA RURAL
DE ASTURIAS

www.cajaruraldeasturias.com

Líder en Banca Cooperativa

Marquesinas de autobús con filtros de protección solar en Oviedo y Nuevos autobuses municipales con filtros solares en Gijón

A propuesta de la ASOCIACIÓN DE LÚPICOS de Asturias (ALAS), la Oficina Técnica de accesibilidad (OTA) de COCEMFE Asturias, en su continuo trabajo centrado en la necesidad ineludible de mejorar la accesibilidad respecto al urbanismo, en edificación y el transporte, con el fin de profundizar mediante sus actuaciones la cultura de la Accesibilidad Universal y el Diseño para todos, siempre al servicio de la sociedad asturiana solicitó a la Dirección General de Transportes y Movilidad de la Consejería de Fomento, Ordenación del Territorio y Medio Ambiente, que se coloquen en las marquesinas de los autobuses FILTROS DE PROTECCIÓN SOLAR, dado que la exposición a los rayos ultravioletas es muy perjudicial para los usuarios, especialmente para las personas afectadas por Lupus.



Nélida Gómez, Pta. de ALAS y David Fernández, Técnico de la OTA en una de las marquesinas con filtros solares en el Nuevo HUCA (Oviedo).

La Consejería de Fomento del Principado, se ha comprometido con COCEMFE-Asturias a colocar en las nuevas paradas de autobuses del CTA, este nuevo modelo de marquesinas con filtros de protección solar, con el fin de conseguir la plena inclusión de las personas con discapacidad en una sociedad más justa y solidaria mejorando así su calidad de vida.

Asimismo, el pasado 12 de marzo, fueron presentados en la Plaza Mayor de Gijón los siete nuevos autobuses adquiridos por EMTUSA que, entre otras importantes mejoras, vienen equipados desde hace un tiempo con filtros solares. Del mismo modo algunas marquesinas de las paradas de los autobuses municipales de Gijón ya incorporan esta protección.

Desde el pasado día 21 de marzo las paradas de autobús del Consorcio de Transporte de Asturias-CTA, ubicadas en el entorno del nuevo Hospital de Oviedo-HUCA, disponen de marquesinas con los filtros de protección de rayos UV homologados, tanto en sus paredes laterales como en el techo.

Esperemos que estas importantes noticias sólo sean el principio de un largo camino que todavía queda por recorrer en este tema.

Avda. Portugal, 52 bajo
33207 Gijón (Asturias)

CROMA

Tlf./Fax: 985 346 667
Móvil: 658 942 091

Adhesivos Camisetas
Regalos de Empresas

BORTUSOL, s.l.
pinturas industriales

Talleres y Oficinas
C/ Tecnología, Nº 293. Veriña de Abajo (33691 - Gijón)
Tel. 985 329 615 - Fax: 985 322 342 - E-Mail: bartusol@fade.es

Un año mas Villaviciosa corrió contra la Fibrosis Quística



En la II Carrera Popular Contra la Fibrosis Quística superamos los 400 corredores.

La Asociación Asturiana de Lucha contra la Fibrosis Quística junto con Begoña Rodríguez, deportista voluntaria y Diana Fernández, madre de un niño con Fibrosis Quística, han organizado la segunda Carrera Popular contra la Fibrosis Quística, actividad que une la solidaridad con el deporte y que tuvo lugar el domingo 18 de enero a las 11 horas en Villaviciosa. Los corredores participantes corrieron 7 km en un recorrido por la localidad de Villaviciosa con una duración máxima de 70 minutos. El pistoletazo de salida tuvo lugar en la Plaza del Ayuntamiento.

Tras la carrera se hizo entrega de los trofeos a los ganadores de las distintas categorías y se celebró una espicha para todos los asistentes. Además hubo un sorteo de regalos donados por distintos establecimientos colaboradores.

Gracias a todos los que nos ayudasteis a hacer esto posible, especialmente a Begoña y Diana que cada año se esfuerzan para que esta carrera sea un referente solidario.

Día Nacional de la Fibrosis Quística

El pasado 22 de Abril la Asociación Asturiana contra la Fibrosis Quística salió a la calle para compartir esta fecha tan importante acercando a los ciudadanos la FQ y reivindicando que un Futuro ya es posible para las personas que padecen esta enfermedad gracias al debido acceso a los nuevos medicamentos todavía no comercializados.

Para ello se instalaron mesas informativas en diversos puntos de la Comunidad Autónoma: Hospital de Oviedo y Gijón; Corte Inglés de Gijón, calle Uria de Oviedo, centro de Llanes y Soto de Ribera. En ellas se distribuyeron folletos informativos y material divulgativo y se contó con huchas petitorias.

Damos las **GRACIAS** a todas y cada una de las personas que han participado y colaborado con nuestra asociación en los actos que ésta ha llevado a cabo, muy especialmente a los trabajadores y gerencia del Corte Inglés y a las personas organizadoras de varias actividades en Llanes.

Benidorm solidario con la FQ

Una vez más queremos agradecer a BERTA DARROSA CASO, abuela de una de nuestras socias, que a través de su grupo "Alegrías de Poniente" realizan todo tipo de actividades con las que recaudan fondos para la FQ.

El último ejemplo fue la representación de una obra de teatro en nuestro favor presentada por la mamá de una niña con FQ. Fue un gran éxito de asistencia y participación.

Gracias a personas como éstas podemos continuar trabajando para mejorar la calidad de vida de las personas con FQ de Asturias.



Oficina
Plaza de la Gesta, 3 - 1º
Telfs.: 524 39 76 - 524 17 41
33007 Oviedo

Planta San Juan 556 93 91
Planta El Caleyo 524 39 77
Planta Gijón 532 70 11



www.baldajos.com

ChySPA con el Día Mundial de las Enfermedades Raras

Como cada año ChySPA participa en la celebración del Día Mundial de las Enfermedades Raras con el fin de concienciar y sensibilizar a la sociedad y al Sistema Sanitario de la falta de equidad de las patologías poco frecuentes.

Por eso, juntos y de forma coordinada en un acto lúdico, en busca de la máxima visibilidad ChySPA estuvo presente el domingo 22 de febrero en la Plaza del Ayuntamiento de Oviedo con varias asociaciones de personas afectadas por Enfermedades de baja prevalencia y COCEMFE Asturias, donde las asociaciones tuvimos la oportunidad de dar a conocer a las autoridades presentes y al público en general nuestras necesidades.



Día de las EE.RR, plaza del ayuntamiento de Oviedo.

Siguiendo nuestro objetivo de divulgación y visibilidad, y con el fin de llamar la atención de la sociedad del Occidente Asturiano ChySPA realizó varios actos en Tapia de Casariego en conmemoración del Día Mundial de las Enfermedades Raras.

Del 25 al 29 de febrero con la colaboración del **Excmo. Ayuntamiento de Tapia de Casariego** nuestra asociación instaló en el hall

Foto 1.
Mesa informativa
asociaciones.



Foto 2.
Reperesentación de
teatro en Tapia de
Casariego.



de la Casa de Cultura una mesa informativa con publicaciones de las Enfermedades Raras y asociaciones del Principado, con la finalidad de hacer visibles estas patologías y prestar información de las asociaciones a las que se puede solicitar información y apoyo.

El viernes 27 de febrero en la Sala Marie Curie se desarrolló una **Charla-Coloquio: Conociendo las Enfermedades Raras-El Chiari y la Siringomielia**, presentada por la Concejala de Cultura **D^a Dulce M^a González Erigoyen**, donde la presidenta de ChyPA hizo notorio en su ponencia que el día a día de las personas que padecen una Enfermedad Rara es en muchas ocasiones muy complicado, debido a las dificultades a las que se tiene que enfrentar el enfermo y sus familiares, enumerando toda problemática que rodea a estas patologías. Posteriormente se realizó una presentación del Chiari tipo I, haciendo una clasificación de los subtipos II, III, IV y patologías asociadas.

El Sábado 28 de febrero en un ambiente más lúdico el **Grupo de Teatro Terapéutico ChySPA**, pone en escena en el Teatro Auditorio de Tapia de Casariego, la obra titulada **"La Importancia de no llamarse Mimi"** escrita por José Manuel Fernández Vega (médico de Atención Primaria). En el escenario Elba es una niña soñadora y feliz que tiene



PREVINSIA

CONSULTORÍA DE EMERGENCIAS



- ELABORACIÓN DE PLANES DE AUTOPROTECCIÓN
- FORMACIÓN EN EMERGENCIAS, SEGURIDAD PRIVADA Y MARÍTIMA
- CAMPOS DE PRÁCTICAS, UNIDADES MÓVILES
- SERVICIOS DE SEGURIDAD Y RESCATE
- BOMBEROS DE EMPRESA, SIMULACROS
- PROYECTOS E INSTALACIONES DE SEÑALIZACIÓN

ESPAÑA - NORTE: P.I. Riaño III - Nave 5. 33920 Langreo (Asturias). T: 985 269 537
previnsa@previnsa.com | www.previnsa.com

SANICAL

ASTUR S.L.

Avda. Torreavega, 22 - 6º E • Tfno. 985 20 02 13 • 33010 OVIEDO • ASTURIAS

el dulce encanto que habla de amor, de primavera, de sueños y quimeras, y la obra refleja la alteración que sufre Elba y su familia en su vida cotidiana cuando le es diagnosticado el Chiari, y como su tía Paulina le ayuda a enfrentar con gran fortaleza la enfermedad, que podemos resumir en estos fragmento de la obra:

¡Así se habla!, Elba. Así has de pensar, tú ya eras tú antes de que la enfermedad viniera a instalarse en ti. Ya eras hermosa y noble, soñadora y rebelde. Con dolor o sin él, con todo ello o sin nada, pero siempre contigo misma, con tu solidaridad y tus anhelos, tienes por delante toda tu vida, tus amigos, tu familia, tus jardines mentales, un futuro por vivir y tus más hermosos recuerdos.

A Dios pongo por testigo, a Dios pongo por testigo de que el dolor y la enfermedad no lograrán aplastarme, viviré por encima de todo eso y, cuando haya terminado con ellas, nunca volveré a saber lo que es la insolidaridad entre los hombres, ¡no!, ni yo ni ninguno de los míos, aunque tenga que amar, que ser ladrona de cariños o estafar a mis sufrimientos, a dios pongo por testigo de que jamás volveré a padecer la peor de las hambres, la de compadecerme de mi misma".

Autor
José Manuel Fernández Vega

En nuestro ánimo está el seguir anualmente realizando actos conmemorativos en el Día Mundial de Las Enfermedades Raras, que nos ayuden a hacer visibles nuestras necesidades y con la ilusión de paso a paso conseguir nuestros objetivos.



Presentación del poemario "Sombras eternas amainan en tu regazo".

El 26 de febrero se llevó a cabo la presentación del **Poemario "Sombras eternas amainan en tu regazo"** en el Club de prensa Asturiana escrito por **José Javier Sotuto**. En este evento nos acompañó el autor de la obra, la Concejala de Cultura del Ayto. de Oviedo, Dña. Inmaculada Concepción González y Rocío Souto Filóloga y escritora.

Con este acto cultural ChySPA quiso acompañar a J.J. Souto afectado por el Chiari y la Siringomielia, y evidenciar públicamente nuestro orgullo y reconocimiento por la labor tan bella que realiza y su lucha y perseverancia ante el dolor y la adversidad.

J.J. Souto hace muchos años cuando era muy joven, se quedó sepultado en el interior de una mina. Pensó que la muerte le había venido a buscar, pero se equivocó. Durante 16 años creyó que aquel mal recuerdo era solo eso. Ninguna secuela le hacía pensar otra cosa. Sin embargo, un mal día el médico halló una tardía consecuencia del accidente. Su cerebro tenía una malformación "Chiari".

Hoy es un poeta minero que se mueve con dificultades y sin capacidad de oír, y según explica las palabras se esfuman de su mente, su enfermedad se las va arrancando cada día y J.J.Souto de forma incansable recupera y ordena las palabras sobre el papel.

Sueño infinito

*Cuando el sueño es infinito;
Cuando las puertas se cierran y la vida se escapa por las rendijas;
cuando el polvo sobre los muebles se hace viejo ocultando el brillo de la hermosura;
cuando la humedad de los ojos se oculta tras falsas sonrisas,
cuando el espejo asustado ya no refleja tu imagen,
entonces, apareceré la niebla,
tu corazón será mío y partiremos con la mansa copia del mar hacia otro cielo.*

(Autor: José Javier Souto)



IBERDROLA

Central Térmica de Lada
C/Sabino Alonso Fueyo, s/n
Telef. 985 69 40 11 - Fax. 985 68 30 38

ISS
LIMPIEZA
SERVICIOS AUXILIARES
MANTENIMIENTO
JARDINERÍA
RESTAURACIÓN
SEGURIDAD
FACILITY MANAGEMENT

985 383 272
900 811 600 www.iss.es

ISS THE POWER OF THE HUMAN FORCE



En el marco del programa europeo MetaHIT (Metagenomics of the Human Intestinal Tract), lanzado en 2008 y coordinado por el INRA (Instituto Nacional de Reforma Agraria) y gracias a un enfoque innovador llamado metagenómica, los investigadores han abierto nuevas perspectivas para la salud y el bienestar humano. De este modo han observado que, de la misma manera que cada uno de nosotros tiene un grupo sanguíneo, también podríamos pertenecer a uno de los tres grupos de composición bacteriana intestinal llamados «enterotipos».

Sobre esta base, han empezado a relacionar las bacterias presentes en el tubo digestivo con algunas patologías como la enfermedad de Crohn.



Entrevista al Dr. Francisco Guarner

Director de la Unidad de Fisiopatología intestinal en el Hospital Vall D'Hebron en Barcelona.



El pasado mes de julio, la revista Nature Biotechnology publica nuevos datos del Proyecto MetaHIT

“El equipo de investigadores del Vall d'Hebron Institut de Recerca (VHIR), con el Dr. Francisco Guarner a la cabeza, son los únicos participantes españoles en dos trabajos que suman nuevos resultados al proyecto MetaHIT, que suponen un paso más en el conocimiento del microbioma intestinal. Uno de los artículos describe cómo se ha ampliado el catálogo de genes microbianos conocidos, de 3 a 10 millones, y el otro artículo explica cómo se han identificado en la microbiota humana (flora intestinal), gracias a un nuevo enfoque en el análisis bioinformático, más de 500 especies totalmente desconocidas hasta el momento.

A este último hallazgo se le añade otro dato de relevancia clínica: no todas las muestras estudiadas poseen esta cantidad de especies desconocidas. Las muestras de la flora intestinal de algunos individuos tienen muy pocas de estas especies y, al analizarlo con más

detalle, se ha visto que, curiosamente, se trata de las muestras que pertenecen a los pacientes con enfermedad de Crohn. “Esto plantea un dato en el que debemos ahondar”, explica el Dr. Francisco Guarner, y es que estas especies, hasta ahora desconocidas, son posiblemente las que marcan la diferencia entre la microbiota de las personas sanas y la de las enfermas.

Estos datos son muy importantes porque permiten plantear estrategias para intentar recuperar estas especies con intervenciones nutricionales: administrando fibras, prebióticos que ayuden al crecimiento selectivo de algunas especies probióticas. Estas bacterias desconocidas son, casi con toda seguridad, de las llamadas “bacterias buenas” pues al no ser las típicas que producen una infección, ni se conocen ni se han aislado”.

P. Para que nuestros lectores se hagan una idea de la importancia de la microbiota intestinal (conocida popularmente como “flora”) quizás podríamos comenzar en qué consiste.

Son comunidades de microorganismos que viven en el intestino humano, sobre todo en el colon. El colon es un órgano adaptado a albergar bacterias, les proporciona condiciones para su crecimiento en cuanto a temperatura, ambiente y sustratos nutritivos. Las comunidades microbianas que viven en el colon nos ayudan a digerir la comida y a desarrollar nuestro sistema inmunitario.

P. ¿Es cierto que según las especies que predominen en nuestra microbiota intestinal a cada uno de nosotros se nos puede encuadrar en un enterotipo? ¿Es posible que esos enterotipos estén aún poco definidos a la espera de aumentar el número de individuos estudiados?

Si, al estudiar muestras de muchos individuos se han observado

tres estructuras distintas de las comunidades microbianas. Es lo que llamamos enterotipos, y son como tres sistemas ecológicos: el mar, el bosque, la estepa. Cada uno tiene una estructura de vida diferente.

P. Para continuar, y antes de profundizar en su proyecto, podría hacernos una breve definición de lo que es un PROBIÓTICO Y UN PREBIÓTICO, conceptos que a menudo se confunden, incluso en los medios de comunicación.

Un probiótico es un microorganismo vivo que cuando lo consumimos produce efectos beneficiosos en nuestra salud. No es una sustancia inerte, sino que este concepto requiere que se trate de un micro-organismo vivo que nos beneficia por simbiosis. No es lo mismo tener una vaca en el establo que nos proporciona leche, yogures y quesos (nosotros la alimentamos), que tener una alfombra de piel de vaca en la sala de estar.

Un prebiótico es un alimento dirigido a favorecer la proliferación de bacterias beneficiosas en nuestro intestino.

Un probiótico es un microorganismo vivo que cuando lo consumimos produce efectos beneficiosos en nuestra salud.

Un prebiótico es un alimento dirigido a favorecer la proliferación de bacterias beneficiosas en nuestro intestino.

P. ¿Podemos ya saber que especies de probióticos deberían tomar los enfermos de EII para mejorar sus síntomas, especialmente su digestión, y por tanto su salud?

No han tenido eficacia como fármacos, por tanto nunca deben sustituir al tratamiento farmacológico que nos recomienda el médico. Pero sí que pueden ser buenos recursos en nuestra alimentación diaria. Hay muchos estudios en marcha. Y sobre todo, no

En general, en las Enfermedades Inflammatorias Intestinal hay que evitar las recomendaciones generales, ya que hay mucha heterogeneidad, y es importante tener en cuenta las circunstancias concretas de cada momento clínico.

hay riesgos relativos al consumo de probióticos cuando se trata de cepas bien caracterizadas. Es muy importante el consejo del médico y del farmacéutico, ya que no todo lo que se vende hoy en el mercado es correcto.

P. Y respecto a los prebióticos, ¿Considera conveniente su consumo en las EII, podría ser más adecuado un tipo que otro?

Es un concepto prometedor, hay varios estudios con resultados positivos, pero no hay todavía protocolos bien establecidos como para plantear recomendaciones concretas.

P. Por otra parte ¿Cree que la diferencia de las bacterias que componen la microbiota en los enfermos de Crohn puede ser la causa de la patología o una consecuencia de la misma? Y en cualquier caso, ¿Se sabe a qué se puede atribuir esa diferencia?

En general, se observa pérdida de diversidad en la flora microbiana en las dos enfermedades inflamatorias del intestino. No sabemos si la pérdida de diversidad es causa o consecuencia de la enfermedad.

Existen datos epidemiológicos que relacionan el consumo de antibióticos a edades tempranas de la vida con mayor riesgo de desarrollar enfermedades inflamatorias del intestino. Esto sugeriría que la pérdida de diversidad es un factor que predispone. PERO, los antibióticos salvan muchas vidas en la infancia, y no hay que olvidarlo. La conclusión es que hay que evitar el uso innecesario de los antibióticos, siempre con prescripción médica.

P. Muchas EII, debutan tras expulsar grandes cantidades de mucosa intestinal, ¿Considera que se puede prevenir o tratar esa sintomatología aportando algunas especies de probióticos?

No tenemos evidencias para ello. Todas las ideas nuevas necesitan tiempo.

P. Estas enfermedades inflamatorias cursan en general con mucho meteorismo, hinchazón y malestar digestivo. No todas las bacterias que habitan en nuestro aparato digestivo son beneficiosas ante esta sintomatología, ¿Habría que descartar algún tipo de probiótico o prebiótico que lejos de ayudar pueda perjudicar?

No, no es un problema de probióticos o prebióticos. Sí que es importante adaptar la dieta a la situación clínica en la que estamos, con las recomendaciones del médico.

P. Referente a que podemos comer en las EII se dice que se vaya introduciendo y probando los alimentos poco a poco, así iremos viendo cuales son los que sientan bien y los que no..., esta investigación aportan nuevos conocimientos, según esto ¿Habría alguna nueva recomendación que deban de tener en cuentas los enfermos de EII?

En general, en estas enfermedades hay que evitar las recomendaciones generales, ya que hay mucha heterogeneidad, y es importante tener en cuenta las circunstancias concretas de cada momento clínico.

P. Y para finalizar, ¿Hacia dónde se orientan las nuevas investigaciones en estos ámbitos? ¿Es posible calcular cuánto pueden prolongarse en el tiempo?

Ahora disponemos de una tecnología que nos abre nuevos horizontes, pero nunca se deben dar saltos en el aire cuando se trata de la enfermedad inflamatoria intestinal. Hay que esperar a que las cosas estén bien comprobadas. Estas enfermedades pueden ser muy benignas cuando están bien cuidadas, y en cambio pueden hacernos sufrir mucho si se toman decisiones equivocadas.

"Siempre con la ilusión del primer día"



Commemoración del Día Mundial de la Fibromialgia y Fatiga Crónica.

Desde la Asociación de Enfermos de Fibromialgia y Fatiga Crónica del Principado de Asturias, hemos programado una serie de actividades con motivo de la conmemoración del Día Mundial.

Laura Gutiérrez Pedregal. Trabajadora Social de AENFIPA



De izda. a dcha.:

Esperanza de la Torre, Fernando Piñeras, Paloma González y Alicia Suárez, miembros de AENFIPA.

Comenzamos el día 7 con una **Jornada Informativa sobre los aspectos médicos y psicológicos que influyen en estas dos patologías**, que tuvo lugar en el salón de actos del Centro de Cultura Antiguo Instituto Jovellanos de Gijón.

Colaboraron con su participación:

- **Dr. Jesús Babio Herráiz**
Reumatólogo del Hospital de Cabueñes.
- **Dña. Ana María Martínez Fernández**
Enfermera del Hospital de Cabueñes y docente en la Escuela de Enfermería.
- **Dña. Magdalena Muguero Loring**
Psicóloga de AENFIPA.

Esta jornada se enmarca dentro de la labor de sensibilización y difusión que lleva a cabo la entidad, además de la información a los socios y/o personas interesadas.

Consideramos importante mantener informados a nuestros socios, tanto a los antiguos como a los que se van sumando a la entidad, sobre aquellos temas que más les interesan. Por ello quisimos contar con profesionales especializados que nos aportaron sus conocimientos sobre el tema y sus experiencias profesionales, estableciendo un espacio de comunicación abierto donde puedan resolverse dudas, inquietudes, etc.

El lunes 11 de mayo, se colocaron mesas informativas en Consultas Externas del HUCA en Oviedo y en los Centros Hospitalarios de Cabueñes y Jove en Gijón. Esto se hace posible gracias a la colaboración de varios socios encargados de ofrecer a todo aquel que esté interesado,

información tanto de estas patologías como de nuestra asociación.

EXCURSIÓN A SANTADER

Como en años anteriores el 17 de mayo, organizamos una excursión, en esta ocasión a Santander.

Salimos de Gijón a las 7:30 y de Oviedo a las 8 horas. Tras una parada en Unquera y continuamos viaje hasta Santander, donde pudimos disfrutar de un paseo en barco por la Bahía hasta Somo. Almorzamos en Santander y por la tarde visitamos, el Palacio de la Magdalena y la playa del Sardinero.

A última hora regresamos haciendo una parada en Santillana del Mar.



Pullmans
LLANEZA S.L.

llaneza@pullmansllaneza.com

Polg. Ind. Fábrica de Mieres, 2. 33600 Mieres-Asturias
Tfns.: 985 465 878/465 910 Fax: 985 464 721

GRUPO itma

- Limpeza integral de vehículos y tratamiento de carrocerías.
- Limpeza de edificios, locales y persianas a domicilio.

Sistema Integrado de calidad, medio ambiente, salud y seguridad laboral (ISO 9001-ISO 14001-OHSAS 18001)

1ª EMPRESA ASTURIANA DEL SECTOR

PoL. Asipo C/B - Parc. 60 - Nave 5
33428 Llanera - Asturias
Tel. 985 264 193 - Fax 985 265 967
itma@grupoitma.com - www.grupoitma.com

Iniciativa Legislativa Popular

El Congreso de los Diputados ha admitido a trámite una Iniciativa Legislativa Popular (ILP) para conseguir la **protección social de los enfermos de Fibromialgia y Síndrome de Fatiga Crónica-Encefalomiélitis Miálgica**.

Son necesarias 500.000 firmas presenciales para que esta proposición de ley se debata en el Congreso de los Diputados y, ampliado el plazo, tenemos tiempo para conseguirlo.

Nuestra socia, Alicia Suárez Taladriz, ha trabajado mucho en ello; desde AENFIPA ayudaremos a recoger el mayor número de firmas posible, como están haciendo otras muchas entidades de todo el territorio español.



Mario García, Presidente de La Confederación Española de Personas con Discapacidad Física y Orgánica (COCEMFE) se unió a la campaña de captación de firmas, habiendo firmado dicha propuesta en la sede de COCEMFE en Madrid.

AENFIPA, como miembro de COCEMFE Asturias, solicita la participación y apoyo del resto de compañeros de otras asociaciones del país en esta tarea, para conseguir sean respetados los derechos de las personas que sufrimos estas patologías y seamos tratados por igual en todo el territorio español; haciendo posible que sea una realidad la solicitud de las ayudas y prestaciones correspondientes derivadas de la obtención del certificado de discapacidad (no contemplado en la actualidad para estas patologías) así como la posibilidad de conseguir, cuando el enfermo lo precise, las incapacidades permanentes denegadas sistemáticamente por la administración.

Tartiere Auto

Avda. de Gijón, s/n.
33420 Lugones - Principado de Asturias
Tels.: 985 98 01 15 / 985 98 02 70
Fax: 985 26 46 69
www.tartiere.com



ORTOPEDIA



**BAZAR
MEDICO
ASTURIANO**

Sillas de Ruedas
Fajas Ortopédicas y Lumbostatos
Calzado con Contrafuerte y Plantillas a Medida
Camas Articuladas, Gruas Traslado Enfermos
Ayudas a Tercera Edad

Nueve de Mayo, 17 - 33002 Oviedo - Tel.: 985 225 820 - Fax: 985 228 529
E-mail: barzama@terra.es



Industrial Química del Nalón, S.A.
NalónChem

Avda. Galicia, 31 - 33005 Oviedo.
Teléfono: 985 982 600 - Fax: 985 982 626
iqn@nalonchem.com - www.nalonchem.com

ORTOPEDIA CENTER

CALZADO PARA DIABÉTICOS
DESCANSO Y BIENESTAR

C/ Orán, 3 (Gijón). Tlf.: 985 34 33 76
Entrada Ambulatorio de Pumarín



OXIGAR S.L.

**Venta Gases Industriales, Materiales
Soldadura y Suministro Industrial**

Demetria Suárez, 22. 33408 Avilés - Asturias. Tifs.: 985 561 492, 567 814 - Fax: 985 561 493
www.oxigar.es oxigar@oxigar.es



Celebración del Día Mundial del Parkinson

El pasado 9 de abril la Asociación Parkinson Asturias celebró el Día Mundial de la enfermedad. Como todos los años la asociación reunió a sus socios y colaboradores en el Centro Asturiano de Oviedo.



Flashmob en la plaza del Ayuntamiento de Oviedo.

Los actos dieron comienzo a las 11:30 horas de la mañana con la celebración de una misa por los socios fallecidos. Una vez finalizada empezó el acto institucional en el que estuvimos acompañados por *Julio Bruno Bárcena*, Director General de Salud Pública de la Consejería de Sanidad; *Enrique Rodríguez Nuño*, Director General de Políticas Sociales de la Consejería de Bienes-

tar Social y Vivienda; *Juan Manuel López González*, Director- Gerente del ERA; *Pilar Varela Díaz*, Alcaldesa del Ayuntamiento de Avilés; *Diana López Antuña*, Concejala de Salud del Ayuntamiento de Mieres; e *Inmaculada D'Ocon Navaza*, Directora General de la Fundación Bancaria Cajas de Ahorros de Asturias. También asistieron la Teniente de Alcalde del Ayuntamiento de Navia, *Mª Cruz*

Fernández Pérez y *Mónica Oviedo Sastre*, Vicepresidenta de COCEMFE Asturias.

Abrió el acto la Presidenta de Parkinson Asturias dando la bienvenida a todos los presentes y comentando la campaña de divulgación y sensibilización de la Federación Española de Parkinson y las 45 asociaciones que pertenecen a ella entre las que está Parkinson Asturias el



**CLÍNICA OFTALMOLÓGICA
DR. TOMÁS VILLACAMPA CASTRO**

ENFERMEDADES Y CIRUGÍA DE LOS OJOS
CIRUGÍA PLÁSTICA PALPEBRAL
OFTALMOLOGÍA
INFANTIL Y ESTRABISMOS

C/ LA CÁMARA, 15 - 1º. AVILÉS. Teléfono 985 523 200
Número de registro de publicidad: 49/1793/P

SANITARIOS AUTOLIMPIABLES
mobiliario urbano de alta tecnología para su ciudad



¡Adaptados para Personas con Discapacidad!



Poigono Espíritu Santo, parcela 2-16
33010 OVIEDO, PRINCIPADO DE ASTURIAS
Teléfono: 902 333 015 - Fax: 902 333 016
sanibrun@sanibrun.com





Como en años anteriores el acto institucional se celebró en el Centro Asturiano de Oviedo.

lema "Si quieres bailamos, La música nos pone ON" con la que se quieren mostrar dos de los síntomas que más afectan a la vida diaria del enfermo de Parkinson, la rigidez y la bradicinesia (lentitud de movimientos) y también los beneficios que la música aporta al afectado.

Tomaron la palabra las autoridades por el orden descrito anteriormente y a continuación se realizó la entrega del "Tulipán de Oro Parkinson Asturias 2015" al Excmo. Ayuntamiento de Navia, siendo alcalde Ignacio García Palacios, por su contribución para que la nueva Delegación de Occidente-Navia disponga de todo lo necesario para dar a las personas afectadas por la enfermedad la atención integral que precisan. Dicho galardón fue recogido por la Teniente de alcalde M^a Cruz Fernández Pérez, que dio las gracias en nombre del Alcalde.

El investigador de la BECA PARKINSON ASTURIAS, Juan Gómez de Oña, presentó el trabajo que realizó durante el año 2014 en el Laboratorio de Genética del HUCA.

Con esto termina el acto institucional y se pasa a reponer fuerzas con una comida de hermandad a la que asistieron 190 personas, en la que nos acompañaron la Concejal de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Oviedo, Belén Fernández Acevedo, y el Alcalde del Ayuntamiento de Navia, Ignacio García Palacios, y que estuvo animada por la Coral Parkinson Asturias. Terminada la comida empezó la diversión y el baile.

Actuación de la Coral Parkinson Asturias.



El Tulipán de Oro Parkinson Asturias fue concedido este año al Excmo. Ayuntamiento de Navia, por su contribución para que la nueva Delegación de Occidente-Navia disponga de todo lo necesario para dar a las personas afectadas por la enfermedad la atención integral que precisan.

También el sábado 11 de abril en Oviedo se pusieron mesas informativas en distintos puntos de la ciudad y alrededor de las 12:30 horas, en la Plaza del Ayuntamiento, se realizó un **flashmob** en el que colaboraron más de 150 personas gracias a la ayuda de la **Escuela de Danza Bebaile** y el grupo de batucada **Natu Na Cai** que, junto con más espontáneos, bailaron por el Parkinson como una forma de luchar contra la enfermedad, tanto de los propios afectados como de la sociedad en general.

Los actos finalizarán el 28 de abril con un Taller de respiración a cargo de la FEP.



DICON
Logística

Distribución y Contenedores, S.A.

C/ Peña Santa, 12
Polígono de Silvota 33192
Llanera, Asturias

T 985 263 992
F 985 980 998

www.diconlogistica.com

SOTO
TELECOMUNICACIONES

TELECOMUNICACIONES
CONTROL DE ACCESOS
CIRCUITO CERRADO DE T.V.
AUTOMATISMOS
SERVICIO TÉCNICO PROPIO
MANTENIMIENTO

{Tecnología al alcance de todos...Conoce tus derechos}

Tienes DERECHO a disfrutar de la Tecnología, la Ley te apoya.
Te contamos como...

T 985 252 252 • www.sotoelectricidad.es

APTAA

Actividades primavera/verano 2015

Con la llegada del buen tiempo, Aptaa comienza a trabajar el presente año en sus programas de actividades de aventura, ocio y tiempo libre, para sus asociados y personas con discapacidad de diferentes colectivos y asociaciones de carácter autonómico y nacional.

Los meses de abril y mayo, se están realizando diferentes rutas en handbike en el municipio de Oviedo, en el que participan personas con y sin discapacidad de empresas relacionadas con el sector, como la *Ortopedia Garmat* y *Rodem Ortotec*, quienes dan a conocer los nuevos productos y adaptaciones que existen en el mercado en bicis manuales.



SALIDAS EN HANDBIKE

También se están programando **diversas salidas en handbike** para asociaciones de Oviedo, en las que nuestra asociación aportará el material deportivo necesario y coordinará la actividad con sus monitores deportivos y voluntariado.

El mes de junio en Oviedo "San Lázaro-Las Caldas", julio en Gijón "Acuario-Molinón" y Agosto en Avilés "Senda del Agua del Niemeyer", Aptaa organizará diferentes talleres y salidas en bicis manuales, para promocionar el deporte en nuestro colectivo y dar a conocer las diferentes sendas y rutas accesibles que existen en Asturias.

Rutas en handbike

- Oviedo (junio)
San Lázaro - Las Caldas.
- Gijón (julio)
Acuario-Molinón.
- Avilés (agosto)
Senda del agua del Niemeyer.

Cursos de deporte adaptado

Julio, agosto y septiembre.

Campeonato Ibérico de Vela Adaptada Clase Acces Septiembre.

IV Open "Principado de Asturias de Karting Adaptado" Octubre.



CURSOS DE DEPORTE ADAPTADO

Durante los meses de julio, agosto y septiembre, darán comienzo **los cursos de deporte adaptado** y actividades de aventura para mutualistas de Fremap en colaboración con la Feddf, donde los participantes, todos ellos con algún tipo de discapacidad física de todo el territorio nacional, podrán practicar y disfrutar de las actividades y las diferentes visitas culturales que han de realizarse por todo el Principado.



CAMPEONATO DE VELA ADAPTADA

La Bahía de Gijón acogerá en el mes de septiembre, **un nuevo Campeonato Ibérico de Vela Adaptada Clase Acces**, donde participan 5 comunidades autónomas y esperamos que se repita el triunfo de la embarcación asturiana igual que en años anteriores.

De igual modo se realizarán en el mismo mes, varios cursos de vela adaptada, esperando cerrar en las próximas fechas el calendario y lugares donde se van a impartir, contando con las sedes de Gijón y Candas, pues disponen de embarcaciones adaptadas.

KARTING ADAPTADO

En octubre, tendrá lugar en la localidad de Tapia de Casariego, el IV Open "Principado de Asturias de Karting Adaptado", una competición ya consolidada en el calendario regional y abierto a deportistas de ámbito nacional, donde toda persona que lo desee puede competir y disfrutar de una jornada de motor adaptado.

En el próximo mes de mayo, *se confeccionarán las bases y el calendario de actividades y cursos que nuestra asociación APTAA desarrollará durante el año*, y donde pueden participar las personas con discapacidad y sus familiares, previa inscripción que se hará pública y será facilitada a todo el movimiento asociativo del Principado de Asturias.

!!! VEN Y PARTICIPA !!!

Discapacitados, Universidad y Empleo



◀ Facultad de Ciencias,
foto de archivo.

Somos bastantes los discapacitados que estudiamos una carrera universitaria. Eso implica enfrentarnos a muchas barreras, no solo barreras arquitectónicas, que van desapareciendo. En mi caso, en la Facultad de Ciencias, donde estudié Físicas, existe una escalera de entrada y yo solicité una barandilla para poder entrar cómodamente. Esa barandilla (que, actualmente, si está) no se puso y lo que se hizo fue ponerle una cerradura a la puerta de atrás (que tenía rampa) y darme la llave.

Pero también hay **barreras institucionales**, y de esto puedo hablar bastante, ya que soy a la primera persona a la que se le concedió la matrícula gratuita en la Universidad de Oviedo, después de dos años en que se me devolvió el importe de la misma pero no se pronunciaron sobre si la Universidad era una institución de carácter general o no.

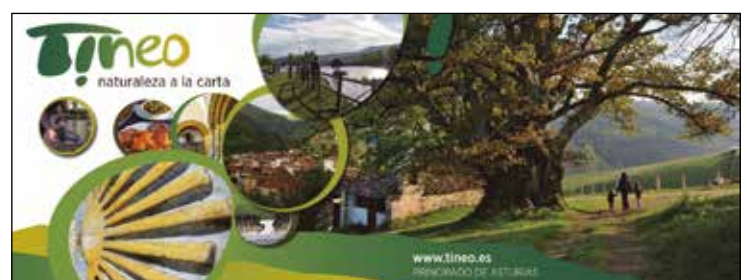
Otras barreras son las **barreras mentales**, la gente te juzga sin conocer la situación. En mi caso al coger el ascensor para subir o bajar solo un piso, ya que mi discapacidad no es muy aparente, he tenido que soportar comentarios como: *"Eres un poco vaga", para subir solo un piso*", etc.

Pero estas trabas no nos impiden acabar nuestros estudios, lo que implica una capacidad de lucha, una tenacidad y un interés por lo que estamos haciendo que, quizá, una persona "normal" no tenga. Pero esto no queda registrado en el expediente ni en el curriculum y al acabar la carrera ¿qué nos encontramos? Los trabajos que se nos ofrecen, en las empresas que contratan discapacitados, suelen ser de muy poca cualificación y en el resto de empresas, nuevamente las barreras mentales, es muy difícil que te contraten, se hacen una idea de los discapacitados que no corresponde a la realidad, da igual la carrera que hayamos hecho, que sepamos idiomas, informática...

¿QUÉ SOLUCIÓN NOS QUEDA?

Aceptar un trabajo para el que no necesitábamos tanta preparación ni años de estudio o resignarnos a vivir de la pensión que nos da el Estado. Todo lo que se ha invertido en formarnos queda así desperdiciado y nuestro esfuerzo, tan solo, para nuestra satisfacción personal.

Cecilia López de Ierma
(Socia de Difac)



Noticias sobre la Esclerosis Lateral Amiotrófica

HALLAN UN NUEVO OBJETIVO FARMACOLÓGICO QUE PUEDE PROTEGER CONTRA ENFERMEDADES NEURODEGENERATIVAS

Expertos de la Universidad de Pensilvania, en Estados Unidos, han descubierto que la hipermetilación -la capacidad epigenética para rechazar o desactivar un gen defectuoso implicado en entre el 10 y el 30 por ciento de los pacientes con esclerosis lateral amiotrófica (ELA) y degeneración frontotemporal (FTD, por sus siglas en inglés)- sirve como una barrera protectora inhibiendo el desarrollo de estas enfermedades. Su trabajo, publicado este mes en 'Neurology', puede indicar un objetivo neuroprotector para los esfuerzos de descubrimiento de fármacos.

"Ésta es la primera modificación epigenética de un gen que parece tener un efecto protector contra la enfermedad neuronal", afirma el autor principal de esta investigación, Corey McMillan, profesor asistente de investigación de Neurología en el Centro de Degeneración Frontotemporal en la Escuela de Medicina de Perelman en la Universidad de Pennsylvania.

Expansiones del gen infractor, C9ORF72, se han relacionado con la proteína de unión al ADN TAR (TDP-43), que es la fuente patológica que causa ELA y FTD.

McMillan y su equipo evaluaron a 20 pacientes reclutados tanto del Centro de FTD y el Centro de ELA de la Universidad de Pennsylvania que dieron positivo para una mutación en el gen C9ORF72 y fueron diagnosticados clínicamente con FTD o ELA. Todos los individuos se sometieron a un estudio de neuroimagen, un análisis de sangre para evaluar los niveles de metilación C9ORF72 y una breve evaluación de selección neuropsicológica. El estudio también incluyó a 25 controles sanos, sin antecedentes de enfermedad neurológica o psiquiátrica.

Las imágenes de resonancia magnética revelaron reducción en la materia gris en varias regiones que se vieron afectadas en los pacientes en comparación con los controles. Se necesita materia gris para el correcto funcionamiento del cerebro en las regiones involucradas con el control



Universidad de Pensilvania, EE.UU.



COREY MCMILLAN

Profesor asistente de investigación de Neurología en el Centro de Degeneración Frontotemporal en la Escuela de Medicina de Perelman en la Universidad de Pennsylvania.

"Ésta es la primera modificación epigenética de un gen que parece tener un efecto protector contra la enfermedad neuronal".

muscular, la memoria, las emociones, el habla y la toma de decisiones.

Fundamentalmente, los pacientes con hipermetilación de C9ORF72 mostraron más densidad de materia gris en el hipocampo, la corteza frontal y el tálamo, regiones del cerebro importantes para las tareas anteriormente descritas y los afectados en la ELA y FTD, lo que sugiere que la hipermetilación es neuroprotectora en estas regiones. Estos resultados fueron validados posteriormente tras el análisis de las autopsias de 35 pacientes con expansiones C9ORF72.

Se realizaron análisis longitudinales en 11 de los pacientes del estudio para evaluar los efectos neuroprotectores de la hipermetilación en individuos conforme su enfermedad avanzaba. Esto mostró cambios reducidos en la materia gris del hipocampo, el tálamo y corteza frontal, asociados con hipermetilación, lo que sugiere que la enfermedad progresa más lentamente con el tiempo en los individuos con hipermetilación de C9ORF72. Evaluaciones neuropsicológicas longitudinales también mostraron una correlación entre la protección del declive de la memoria y la hipermetilación.

Estos resultados son consistentes con un creciente número de estudios que han sugerido efectos neuroprotectores de la hipermetilación de C9ORF72. "Creemos que este trabajo proporciona datos adicionales que apoyan la idea de que la metilación de C9ORF72 es neuroprotectora y, por lo tanto, se abre la emocionante posibilidad de una nueva vía para tratamientos de medicina de precisión y objetivos para el desarrollo de fármacos en la enfermedad neurodegenerativa", concluye McMillan.

INVESTIGADORES DE @UNISEVILLA TRABAJAN EN TERAPIA PRECLÍNICA DE LA ESCLEROSIS LATERAL AMIOTRÓFICA

El Grupo de Investigación en Terapias Avanzadas en Neuroprotección e Inmunomodulación de la Universidad de Sevilla está llevando a cabo estudios preclínicos sobre Esclerosis Lateral Amiotrófica, más conocida como ELA.

La Universidad de Sevilla cuenta con el único grupo en Andalucía que trabaja en la búsqueda de terapias y herramientas diagnósticas innovadoras en modelos animales de ELA. Por otra parte, y de forma paralela, el mismo grupo desarrolla esta línea de investigación en pacientes de ELA, gracias a la colaboración que mantiene con el Hospital Regional Universitario de Málaga, y los Hospitales Universitarios Virgen Macarena y Virgen del Rocío, ambos en Sevilla. Esta filosofía de trabajo en la que se aúnan estudios preclínicos y clínicos en esta enfermedad rara está permitiendo el desarrollo de colaboraciones internacionales con empresas biotecnológicas.

Los expertos tratan de establecer en los estudios clínicos cuáles son los componentes del sistema inmunológico que podrían manipularse de forma inteligente para modificar

Los expertos tratan de establecer en los estudios clínicos cuáles son los componentes del sistema inmunológico que podrían manipularse de forma inteligente para modificar el desarrollo de la ELA

el desarrollo de la ELA como una aproximación a la terapia celular de la misma. Más allá de estos mecanismos, los investigadores de la Universidad de Sevilla identifican marcadores asociados a la respuesta del sistema inmunológico con la finalidad de poder construir algoritmos clasificatorios más precisos que ayuden a diferenciar los estadios tempranos que se dan entre pacientes con sospecha de ELA. En este sentido, y en colaboración con el neurólogo del H.U. Virgen del Rocío Celedonio Márquez, los investigadores han identificado proteínas adaptadoras relacionadas con la respuesta inmune innata en pacientes de ELA.

PROYECTO DE VOLUNTARIADO ACOMPÁÑE.L.A

A raíz de la colaboración con un grupo de estudiantes de Trabajo Social, desde Ela Principado se ha puesto en marcha un proyecto de voluntariado.

Se trata de un proyecto piloto que se llevará a cabo durante tres meses y que sólo se desarrollará en Gijón, debido a la disponibilidad y lugar de residencia de los voluntarios. No obstante, una vez realizada la evaluación, si ésta es positiva, desde la Asociación se trataría de buscar voluntarios en otros municipios y ampliar el servicio a otras localidades de Asturias.

El objetivo principal es acompañar a los enfermos, facilitando así la realización de actividades de ocio por parte de la persona afectada de ELA y proporcionar un espacio de respiro al cuidador principal.

Algunas de las actividades que realizan los voluntarios en los domicilios son la lectura, música, informática, juegos de lógica. Siempre que lo demande la familia, también pueden acompañar a la persona al médico, a realizar las terapias ó simplemente a dar un paseo.

Desde Ela Principado queremos agradecer la propuesta y colaboración desinteresada de este grupo de estudiantes.






Servicios **Audiovisuales**
 Servicios **Informáticos**
Traducción Simultánea
 Producción y Postproducción
 de **Video Profesional**
 ... y nuestra **asistencia**
técnica profesional

www.proima.es

C/Velázquez 13, Bajo . 33011 . Oviedo . Tlf. 985 21 50 81 . proima@proima.es



OVIEDO
 Ctra. Santander s/n. Meras (Siero)
 Tlf.: 985 793 636. Fax: 985 794 048

GIJÓN
 Tremañes, 11
 Tlf.: 985 357 743

AVILÉS
 Tabaza
 Tlf.: 985 515 091. Fax: 985 515 582




Actividades de AHEMAS

III TALLER DE AUTO-TRATAMIENTO

El pasado mes de febrero desarrollamos el Tercer Taller de Auto-tratamiento en el Hotel de Asociaciones, en Oviedo. Como en las veces anteriores contamos con la inestimable colaboración de Pili, nuestra enfermera jefe del Servicio de Hematología del Huca. Atenta y amable como siempre, nos ayudó a perfeccionar nuestra técnica para la correcta y segura administración de factor.



De izda. a dcha., Pili, enfermera Jefe del Servicio de Hematología del HUCA, la Dra. Zapico y José Manuel Quiñones, Presidente de AHEMAS.

En esta ocasión, también contamos con otra profesional, la **Dra. Zapico**. Traumatóloga y persona muy querida por nuestro colectivo. Conocida de todos ellos desde hace muchos años, nos ofreció una pequeña charla muy instructiva para las madres de los niños hemofílicos y pudimos disfrutar de su simpatía al tiempo que nos enseñó trucos y consejos muy útiles.



XXXIX ASAMBLEA REGIONAL DE HEMOFILIA

Otra de las actividades que desarrollamos recientemente fue la XXXIX Asamblea Regional de Hemofilia. El domingo 22 de marzo a las 12 de la mañana empezamos con una de carácter extraordinario para modificar nuestros estatutos y a continuación celebramos la ordinaria de todos los años.

Después de la asamblea, degustamos nuestra tradicional comida de hermandad donde pudimos contar con la presencia de algunos de nuestros colaboradores habituales. Al fin y al cabo sin la ayuda desinteresada de todos ellos, no podríamos llevar a cabo nuestra labor.

AMDAS LA FONTE continuará su andadura

Tras una larga etapa de incertidumbres sobre el futuro de la asociación, debido a los recortes de las subvenciones, en que Amdas la Fonte estuvo a punto de cerrar sus puertas ante las grandes dificultades encontradas para sacar adelante sus programas, finalmente, después de la asamblea general presidida por su fundadora y presidenta el pasado 9 de abril, más de una veintena de mujeres decidió que merecía la pena continuar intentándolo, marcándose para ello el plazo de un año.

Sila Murillo ha sido elegida para continuar como presidenta al frente de la asociación, aunque no le faltarán los apoyos que le darán fuerza para continuar un año más, ya que la directiva se ha visto rejuvenecida con el nombramiento de una nueva vicepresidenta, **María Pérez**, que aportará la energía y juventud que tanto necesita la entidad en esta nueva etapa, llena de retos.

En este tiempo, la asociación pondrá en marcha una **campaña de financiación**, en la que, además de solicitar las subvenciones habituales al Ayuntamiento de Gijón y al Instituto Asturiano de la



Grupo de baile en silla de ruedas de Amdas la Fonte.

Mujer, estas decididas mujeres trabajarán intensamente para recaudar fondos.

Entre otras iniciativas, ofrecerán los **servicios del grupo de baile en silla de ruedas**, recientemente creado, a centros de mayores, así como a cualquier clase de evento que lleven a cabo asociaciones ayuntamientos, etc. De esta manera, intentarán hacer de una actividad, pensada como terapia muy beneficiosa para las mujeres con atrofia muscular, una ayuda para lograr sacar adelante los proyectos. En esta nueva andadura, junto con los programas habituales, se potenciarán programas de ocio y tiem-

po libre, tales como: *yoga, talleres de cocina, proyecciones de cine* (cada último martes de mes) y *salidas por la región*.

Amdas la Fonte, se creó en el año 2001 para cubrir la necesidad de un grupo de mujeres de tener un espacio donde poder expresar, demandar y participar activamente por la igualdad contra la doble discriminación a la que se enfrentaban: la de ser mujer y la de ser discapacitada. **Amdas la Fonte cuenta actualmente con cerca de 300 mujeres asociadas, que presentan distintos tipos de discapacidades física, auditiva, visual o mental.**



ALSA
 Hacemos tu viaje más fácil

alsa.es

Disponible en el App Store

Disponible en Google play

f t i



Transinsa

Polígono Espíritu Santo
 Calle Irlanda 32
 33010 Oviedo
 Tfno: 902 119 691
 info@ambulanciasdeasturias.com

Viviendo el presente y caminando hacia el futuro "juntos podemos"

Desde APACI, tenemos el orgullo de comunicaros que este año cumplimos nuestro **10º aniversario**. Esto nos da fuerzas para continuar con nuestro afán de proteger y defender los derechos de los/as niños/as y jóvenes con cardiopatías congénitas y la de sus familias.

Cuando la enfermedad cardíaca se diagnostica directamente afectados (niño/a y familia) entran en el agujero más profundo y oscuro de su vida. Solamente una información detallada y clara unida al apoyo psicológico prestado por profesionales, además de una cálida acogida por el grupo de ayuda mutua de la asociación, pueden conseguir una toma de conciencia del problema, además de su empoderamiento para afrontar de una manera emocionalmente eficaz, la resolución efectiva de los problemas derivados de la enfermedad con los recursos propios de la familia y de la asociación.

Con ganas e ilusión, continuamos avanzando en

nuestro principal propósito para ello, comenzamos el año impartiendo el ciclo de "Talleres de Apoyo Psicológico" que permite expresar emociones y estrechar lazos entre padres e hijos/as con

El papel desempeñado por nuestros voluntarios en los talleres es de vital importancia. Por un lado, realizan labores de apoyo en los talleres grupales participando en las dinámicas que se realizan para interaccionar con los afectados. Por otro lado, realizan actividades de animación infantil con los menores que no pueden o no quieren participar en los talleres grupales.



Voluntarios de APACI.

cardiopatías, gracias a los talleres de comunicación.

Se realizarán dos talleres simultáneos en distintas salas con actividades para padres e hijos. Los peques dispondrán de una merienda y juegos con los voluntarios.

El papel desempeñado por nuestros voluntarios en dichos talleres es de vital importancia. Por un lado, realizan labores de apoyo en los talleres grupales participando en las dinámicas que se realizan para interaccionar con los afectados. Por otro lado, realizan actividades de animación infantil con los menores que no pueden o no quieren participar en

los talleres grupales. Todo ello, facilitando que los padres o familiares de estos peques puedan acudir, paralelamente, a los talleres de adultos.

Continuamos en nuestro afán de mejorar y para ello estamos implantando mejoras en nuestra página web, con la finalidad de hacerla más accesible. Como última novedad comentamos que **a partir de enero contamos en APACI, con una nueva profesional (Trabajadora Social)**, que con entusiasmo se sumará a nuestra gran familia.



Homenaje a un compañero

Hace ya unas semanas que hemos perdido, por el camino, a un buen compañero de fatigas, un trabajador incondicional, incansable, **que nunca dijo un NO a nada.**



M^a Dolores y Luciano.

Cuando se le pedía un favor, ahí estaba arrimando el hombro, con su mochila siempre a cuestras cargada de buena voluntad para todas las personas que lo conocían.

Metro en mano pateaba calles, supervisaba obras, comprobaba la accesibilidad de los establecimientos que así lo solicitaban, asistía a todos los eventos que se le pedía, también se crispaba cuando veía que no se hacían las cosas bien, a pesar de estar encima de una obra supervisándola y haciendo las propuestas oportunas, o cuándo a pesar de los pesares se seguían abriendo locales que obviaban completamente la legislación vigente

en materia de accesibilidad, *porque creía y trabajaba en pro de la Igualdad de todos los ciudadanos por Una Accesibilidad Universal.*

Era una persona con talante, que nunca tuvo una mala contestación para nadie, al contrario, siempre con la sonrisa en la cara y dando ánimos a quién estaba mal, repetía hasta la saciedad que *había que conformarse con lo que teníamos, no tener que depender de nadie y valerse por sí mismo*, era lo esencial de esta vida, que siempre había que mirar para el que estaba peor, que todos nosotros éramos personas afortunadas, y no es porque él no tuviese motivos para que-

jarse, ya que la vida no lo había tratado muy bien con respecto a su salud, pero gracias a su forma de ser siempre salía hacia delante.

Formaba parte de La Comisión de Accesibilidad de UMA, desde el año 2004, 11 años de trabajo continuado y de una buena relación con todos los compañeros de la misma, era apreciado y querido por todos. Trabajaba siempre en equipo, y nunca sufrió de alardes de protagonismo, lo mejor para él era pasar desapercibido.

Ojalá las Asociaciones pudiésemos contar con muchos voluntarios de estas características. Hablamos de una persona que tuvo la virtud de saber hacerse querer y que se fue, tal y como era él, de una forma silenciosa. Este es un pequeño homenaje a una Gran Persona, allí donde estés, UMA y tus compañeros siempre te recordarán con mucho Cariño. **A Luciano Barrero Barrero**, un amigo, un compañero, para la que suscribe con mucho respeto y afecto "Lucianín".

M^a. Dolores Santos Castro




 ¿Quieres estudiar **ESTÉTICA?**
 Formamos profesionales de prestigio en **ESTÉTICA DE ALTO NIVEL**
 ESCUELA PROFESIONAL de NUEVAS TÉCNICAS de ESTÉTICA


985290351 / 985352956 www.escuelanutec.es

DECATHLON
XIXÓN-GIJÓN
 La tienda donde encontrarás un equipo de vendedores deportistas que te ayudarán a equiparte para disfrutar de tu deporte al mejor precio y con el mejor servicio.
 Polígono de Rooes, carretera AS 2 km 22. Teléfono 985 30 71 90. Horario de 10 a 22 h ininterumpido de lunes a sábado.
 Síguenos en nuestras redes sociales: Facebook: <https://www.facebook.com/decathlongijon>
 Twitter: <https://twitter.com/DecathlonGijon> www.decathlon.es

Entrevista a Luis Rodríguez Muñiz

Vicerrector de estudiantes de la Universidad de Oviedo

En nuestro deseo de cooperar con todas las instituciones de la sociedad asturiana, COCEMFE Asturias mantiene una relación de estrecha colaboración con la Universidad de Oviedo, que se plasma en su presencia participativa en eventos pedagógicos, asesorando en materia de accesibilidad y prestando cuidadosa atención a cuantas iniciativas lleva a cabo la Universidad para reforzar la integración en la vida universitaria de los estudiantes con necesidades educativas específicas derivadas de una discapacidad.

Algunas de estas iniciativas han sido motivo de que en el año 2010 la Universidad de Oviedo fuera reconocida por los premios COCEMFE Asturias, en la categoría de "Institución Pública".

Para conocer de cerca algunos de los programas y actividades realizados por la Universidad, hemos entrevistado al rector de estudiantes, Luis Rodríguez, que amablemente nos ha atendido. Asimismo, queremos dar las gracias a las técnicas de la ONEO, Marián Álvarez y Marta Bretones, por su ayuda en las respuestas de la entrevista, así como por la búsqueda de los datos aportados.

P. Desde COCEMFE Asturias nos consta que desde hace años la universidad de Oviedo lleva a cabo importantes iniciativas encaminadas a facilitar la inclusión de alumnos con discapacidad en la universidad. A su juicio, ¿cómo calificaría la situación actual en ese sentido?

En Octubre de 2010 la Universidad de Oviedo puso en funcionamiento la Oficina de Atención a Personas con Necesidades Específicas (ONEO), un servicio profesionalizado encargado de gestionar el programa de atención a estudiantes con necesidades específicas (NEE) derivadas



Luis Rodríguez Muñiz.

de una discapacidad u otras circunstancias, con el fin de conseguir su integración en la vida académica universitaria y velar por el cumplimiento de la igualdad de oportunidades.

A través de esta oficina, la Universidad de Oviedo pone al servicio de los estudiantes con discapacidad varias medidas de equiparación de oportunidades para que puedan situarse en un plano de igualdad con



zitron

EMPRESA LÍDER EN SISTEMAS DE VENTILACIÓN
VENTILADORES · VAGONES DE CARGA · CABRESTANTES
PALAS · JUMBOS

www.zitron.com

AUTOVÍA AS - II, Nº 2.386 - POLÍGONO DE ROCES (C.P 33392 Gijón)

(1ª SEMANA DE OCTUBRE)
SEMANA DE SALUD MUNICIPAL



Charlas Terapéuticas y Talleres dedicadas a la Salud en 19 localidades del concejo.
Charlas de Salud en la adolescencia en los institutos de E.S.



Ayuntamiento de Siero
Concejalía de Bienestar Social,
Juventud, Igualdad y Sanidad

SEGUIMOS TRABAJANDO POR SU SALUD Y BIENESTAR

respecto a sus compañeros en las 4 etapas fundamentales de su recorrido universitario: acceso, ingreso, permanencia y regreso.

Así mismo, se desarrollan acciones de accesibilidad física (ej: obras en diferentes edificios y la adquisición de ayudas técnicas, elevadores, sillas adaptadas) y de comunicación (ej: instalación de bucles magnéticos, y adquisición de emisoras FM).

Y por supuesto, seguimos trabajando en acciones de sensibilización para toda la comunidad universitaria (diferentes jornadas, información...).

P. ¿Se conoce el dato del número de estudiantes con discapacidad que cursan estudios en la Universidad de Oviedo? ¿Se ha producido un incremento en estos últimos años?

La Universidad de Oviedo tiene exención de tasas para los estudiantes con discapacidad que así lo indiquen y justifiquen en el momento de la matrícula. Estos datos son los que utilizamos para nuestras estimaciones.

Como se puede observar el número de estudiantes con discapacidad aumenta en nuestra Universidad en números totales (ver tabla 1) y porcentuales (ver tabla 2), teniendo en cuenta que el número total de estudiantes matriculados en esta Universidad ha descendido.

P. Según un estudio reciente del Departamento de Psicología de la propia Universidad, entre los asuntos que más preocupan a los alumnos con discapacidad están los relacionados con el transporte público adaptado y las becas para el mismo, la tarjeta de aparcamiento en el centro de estudios, la eliminación de barreras arquitectónicas para un mejor acceso a las distintas dependencias del centro, la instalación de ascensor en las instalaciones en los que aún no existe, mejorar la iluminación, los ordenadores y baños adaptados. ¿Cuál es la situación general? ¿Qué acciones y proyectos al respecto tiene pensado poner en marcha la Universidad?

La Universidad de Oviedo tiene como objetivo cumplir la normativa de accesibilidad en sus nuevas obras. Así mismo, en sus múltiples edificios y espacios lleva a cabo obras de accesibilidad, en la medida de su disponibilidad económica.

Hasta la actualidad, se han realizado obras de accesibilidad integral en el Edificio Histórico y varias obras menores en diferentes edificios. También, se ha garantizado la realización de las obras imprescindibles y/o adquisición de ayudas técnicas que permitan el acceso de los estudiantes de nuestra Universidad con movilidad reducida a todos aquellos espacios necesarios en su

TABLA 1. Evolución de estudiantes universitarios con discapacidad por sexo.

	2010/11	2011/12	2012/13	2013/14	2014/15
HOMBRES	112 47,25%	128 48,66%	141 48,28%	129 45,58%	141 47%
MUJERES	125 52,74%	135 51,33%	151 51,71%	154 54,41%	159 53%
TOTAL	237	263	292	283	300

TABLA 2. Evolución de estudiantes universitarios con discapacidad con respecto al total de estudiantes matriculados en la Universidad de Oviedo.

	2010/11%	2011/12%	2012/13%	2013/14%	2014/15%
HOMBRES	1%	1,08%	1,24%	1,11%	1,34%
MUJERES	0,92%	0,97%	1,13%	1,14%	1,30%
TOTAL	0,96%	1,02%	1,18%	1,13%	1,31%

Contamos contigo
Apostamos por la integración

Envíanos tu currículum

www.lacera.es | 902 190 090 | lacera@lacera.es

Limpeza e higienización | Conservación y mantenimiento | Proyectos, rehabilitaciones e interiorismo | Medio ambiente | Servicios auxiliares | Jardinería y paisajismo | Suministros higiénicos | Formación especializada

Lacera L
FacilityServices

entorno académico. En este sentido, se han construido y se están construyendo rampas de acceso, instalación de pasamanos, mejoras y nueva construcción de baños adaptados, reordenación de espacios en las aulas y laboratorios para instalar mesas y sillas adaptadas, etc.

Por otra parte, con respecto al **transporte universitario**, la Universidad de Oviedo tiene un acuerdo con el Consorcio de Transportes a través del cual se garantiza transporte adaptado para alumnos con movilidad reducida, una vez que se les comunique sus horarios y rutas.

Además, cada curso la propia Universidad convoca "Ayudas al transporte para estudiantes con movilidad física reducida como consecuencia de una discapacidad reconocida".

En este mismo sentido, en el Artículo 6 punto 4 de nuestro "Reglamento para la gestión de permisos de acceso electrónico a las zonas de aparcamiento restringido de la Universidad de Oviedo" queda recogido que "los estudiantes con discapacidad y movilidad reducida tendrán siempre preferencia entre su colectivo a la hora de la concesión de este tipo de permisos".

El objetivo del Equipo Rectoral actual ha sido mejorar la accesibilidad de diferentes espacios y nuestro compromiso es seguir garantizando la accesibilidad a los estudiantes actuales y futuros de la Universidad de Oviedo con movilidad reducida.

P. Otra de las iniciativas de los últimos años ha sido la creación de la ONEO, puesta en marcha por la universidad en 2010 como un servicio de ayuda y apoyo para los estudiantes con necesidades específicas. Después de estos años de existencia ¿qué valoración hacen de este servicio, tanto la universidad como los propios estudiantes? ¿A cuántos estudiantes se ha atendido?

Como he comentado anteriormente, la ONEO atiende en general a alumnos con necesidades específicas. El número total

de potenciales usuarios de este servicio resulta difícil de precisar teniendo presente que estudiantes con un grado de discapacidad inferior al 33% también podrían necesitar adaptaciones curriculares y recursos de apoyo. Además, hay que tener en cuenta que no todos los alumnos manifiestan su condición de discapacidad en la matrícula.

TABLA 3. Usuarios de la ONEO.

	2010/11	2011/12	2012/13	2013/14	2014/15
HOMBRES	11	18	33	49	53
MUJERES	9	16	24	35	58
TOTAL	20	34	57	84	111

TABLA 4. la evolución del número de estudiantes universitarios que han recibido atención personalizada e individualizada en la ONEO.

TIPO DISCAP.	2010/11	2011/12	2012/13	2013/14	2014/15
D FÍSICA	9	17	16	20	28
D AUDITIVA	2	4	5	9	9
D VISUAL	3	3	4	5	10
D PSÍQUICA	3	5	9	16	18
D MÚLTIPLE	1	3	11	15	15
NEE	2	2	12	19	31
TOTAL	20	34	57	84	111

P. Las Jornadas "Universidad y Discapacidad" se celebran desde 2009 con el objetivo de analizar los principales retos de la inclusión social de las personas con discapacidad, así como difundir los programas de la Universidad de Oviedo para garantizar la igualdad de oportunidades y crear un espacio de debate de difusión de acciones para promover prácticas inclusivas. ¿Tienen estas Jornadas una valoración positiva por parte del alumnado? ¿Se tiene previsto realizar algún cambio en las mismas?

Estas Jornadas centradas en el ámbito de la Universidad y concretamente de la Discapacidad, van variando su temática cada año en función de los temas que suscitan más interés en este ámbito. Por tanto, cada nueva edición es diferente y abierta a novedades.

La convocatoria va dirigida a estudiantes universitarios, con y sin discapacidad, a la comunidad universitaria (profesores y personal de administración y servicios) y a la población general que esté interesada en esta

A lo que habría que añadir, la cada vez mayor, presencia de estudiantes con dificultades específicas de aprendizaje, principalmente dislexia, TDAH y alumnos con trastornos de la conducta no reconocidos como discapacidad pero que conllevan necesidades educativas específicas.

área. Aunque la mayoría de los asistentes son alumnos de la Universidad de Oviedo siempre contamos con otros participantes, particularmente del ámbito asociativo.

Con respecto a la valoración, es muy positiva y nos permite recoger otros centros de interés de cara a nuevas ediciones.

El formato, en principio, se mantendrá, aunque estamos abiertos a sugerencias al respecto.



LA CALZADA: Ateneo Obrero de La Calzada, 1 - Teléfono: 985 18 14 07

EL LLANO: Río de Oro, 37 - Teléfono: 985 18 52 40

ZONA CENTRO: Palacio Valdés, 2 (Gota de Leche) - Teléfono: 985 18 26 20

COTO: Plaza de la República, s/n - Teléfono: 985 18 17 40

CONTRUECES: Río Narcea, 2 - Teléfono: 985 18 15 24

ARENA: Canga Argüelles, 16 y 18 - Teléfono: 985 18 16 20

NATAHOYO: La Estrella, s/n - Teléfono: 985 31 03 43

GIJÓN - SUR: Ramón Areces, 7 - Teléfono: 985 18 16 44

PUNTOS DE INFORMACIÓN

MONTEANA: Centro Cívico de Monteana - Teléfono: 985 31 18 77 - Calzada 985 18 14 07

LA CAMOCHA: Charles Chaplin, s/n - Teléfono: 985 13 60 11



CAMPAÑA DE VISIBILIZACIÓN DE LAS ENFERMEDADES RARAS

COCEMFE Asturias, en el marco de la Estrategia en Enfermedades Raras del Sistema Nacional de Salud, y más específicamente, dentro de la línea de Información a Profesionales y Personas Afectadas y sus Familias, ha puesto en marcha durante 2014 varias actuaciones subvencionadas por la Dirección General de Salud Pública de la Consejería de Sanidad del Principado de Asturias y con la colaboración de las siguientes asociaciones federadas representantes de las personas con enfermedades de baja incidencia:

- ▶ Asociación de Afectados por Miastenia Gravis.
- ▶ Asociación de Hemofilia de Asturias.
- ▶ Asociación de Enfermos Musculares del Principado de Asturias.
- ▶ Asociación Asturiana de Neurofibromatosis.
- ▶ Asociación Asturiana de Ataxias "Covadonga".
- ▶ Asociación Chiari y Siringomielia del Principado de Asturias.
- ▶ Asociación Corea de Huntington de Asturias.
- ▶ Asociación de Esclerosis Lateral Amiotrófica.
- ▶ Asociación Asturiana contra la Fibrosis Quística.

Se llevaron a cabo la siguiente actuaciones:

CAMPAÑA DE SENSIBILIZACIÓN

Consistente en la realización de cuatro Jornadas sobre Enfermedades Raras en los municipios de Oviedo, Navia, Arriondas y Langreo, con el fin de proporcionar información a las zonas más alejadas de nuestra Comunidad Autónoma, allí donde se realizan menos actividades pensadas para estos pacientes.

7 Abril de 2014. Auditorio Príncipe Felipe. Oviedo.



2ª Jornada. 24 de junio. Espacio Cultural "El Liceo". Navia.

Las Jornadas tenían como objetivo específico dotar al personal sanitario de las herramientas que les ayuden en los diagnósticos, así como aumentar su nivel de sensibilización acerca del impacto que producen estas enfermedades, a la vez que se propiciaba una nueva mirada por parte de los profesionales de la salud sobre los problemas suscitados por las personas enfermas, ofreciéndoles una nueva perspectiva sobre las características de las enfermedades raras, las necesidades de las personas afectadas y lo que pueden hacer para ofrecerle una asistencia integral y diversificada.

Las Jornadas fueron un éxito en líneas generales, tanto en lo referente a la asistencia a las mismas como a la participación en los debates y la difusión de los conocimientos profesionales especializados

en estas patologías entre el colectivo de profesionales de atención primaria, los trabajadores sociales, las asociaciones y pacientes afectados por alguna de estas enfermedades poco frecuentes, así como en la elaboración de una serie de conclusiones para confeccionar un protocolo de actuación eficaz con el fin de obtener diagnósticos más tempranos, evitando el peregrinaje que a menudo conlleva el diagnóstico de de estas patologías

Las Jornadas tenían como objetivo específico dotar al personal sanitario de las herramientas que les ayuden en los diagnósticos, así como aumentar su nivel de sensibilización acerca del impacto que producen estas enfermedades.

El debate final fue altamente enriquecedor, pues además del público en general, las asociaciones de enfermedades raras de COCEMFE Asturias allí presentes aportaron su valiosa experiencia en el trato con los enfermos, al tiempo que pudieron exponer sus dudas y reivindicaciones.

También se exhibió un **vídeo** sobre distintos aspectos de estas patologías, concebido para suscitar la reflexión sobre estas enfermedades, vídeo que ha sido visualizado en cada una de las Jornadas.

Asimismo se puso en marcha una **página web** en la que se ha volcado la información sobre las diversas actividades realizadas durante 2014 y 2015, tanto por parte de COCEMFE Asturias, como por las nueve asociaciones federadas representativas de estas patologías, y se abrieron cuentas en **Redes Sociales**,



8 de octubre. Hospital Grande Covián. Arriondas.

como facebook y twitter a través del hashtag **#COCEMFEAsturiasER**

Se editaron **4.500 dípticos informativos** destinados a las nueve asociaciones de Cocemfe Asturias, conteniendo información general sobre las ER, con una parte específica dedicada a cada asociación.

De las Jornadas han surgido una serie de CONCLUSIONES para confeccionar un protocolo de actuación eficaz con el fin de obtener diagnósticos más tempranos, evitando el peregrinaje que a menudo conlleva el diagnóstico de de estas patologías.

Nueva **app** oficial

Toda la información de **Gijón Bus** en la palma de tu mano

¡Descárgala!




Ahora puedes recargar tu Tarjeta Ciudadana o Tarjeta de Transporte en www.busgijon.es y en la **App GijónBus**

RECARGA online







DE LAS JORNADAS SE HAN EXTRAÍDO LAS SIGUIENTES CONCLUSIONES

- ▶ Se destaca la importancia del movimiento asociativo representativo de las Enfermedades Raras o Poco Frecuentes, como fuente de información y como nexo de unión entre las personas afectadas y el Sistema Sanitario.
- ▶ El futuro de las enfermedades poco frecuentes pasa por la Terapia Génica.
- ▶ En la mayoría de los casos, cuando la persona recibe su diagnóstico, ya está muy debilitada. La tardanza en la obtención del diagnóstico provoca en los pacientes un gran desgaste emocional, el cual, unido a la incertidumbre sobre la enfermedad, les provoca graves problemas añadidos de ansiedad y/o depresión.
- ▶ El abordaje de las enfermedades poco frecuentes debe ser multidisciplinar. Las visitas a los distintos especialistas deberán estar coordinadas para un mismo día, evitando continuas consultas que afecten a la calidad de vida de los afectados y la de sus familias.
- ▶ Es imprescindible potenciar la formación y especialización de los distintos profesionales sanitarios en la atención a estos enfermos, especialmente los médicos de atención primaria, con el fin de facilitar el diagnóstico y aplicar lo antes posible el tratamiento.
- ▶ Se debe fomentar el autocuidado de las personas con enfermedades poco frecuentes, para mejorar su vida cotidiana. Hay que potenciar también el cuidado del cuidador informal, evitando el "síndrome del cuidador".
- ▶ La lucha contra estas enfermedades pasa por impulsar las líneas de investigación, que permitan el abordaje integral de las enfermedades.
- ▶ Se deben instaurar protocolos de actuación eficaces sobre la atención a estas patologías.
- ▶ Es necesario promover estructuras participativas (grupos de trabajo) con la Consejería de Sanidad, para que los afectados aborden los problemas que les afectan y avancen hacia su solución, con el apoyo y coordinación del movimiento asociativo.



4 de febrero. Hospital Valle del Nalón. Riaño, Langreo.



PoliAstur



www.poliastur.es



ISO 9001
U.C. Certification



ISO 22000
U.C. Certification

- ★ SOLUCIONES DE PACKAGING ALIMENTARIO EN POLIESTIRENO EXPANDIDO.
- ★ AISLAMIENTOS Y APLICACIONES EN LA CONSTRUCCIÓN.
- ★ POSIBILIDAD DE CUALQUIER TIPO DE MOLDEADO.

Polg. Industrial Río Pinto, 48. 33719 Jario (Coaña) ASTURIAS
Teléfono 984 114 212 - Fax 984 985 752 - poliastur@poliastur.es

APOYO Y CUIDADOS

ATENCIÓN ESPECIALIZADA EN EL DOMICILIO

La ayuda domiciliaria es calidad de vida

¡CONSÚLTANOS, SOMOS EXPERTOS!

985 39 16 33



APOYO Y CUIDADOS



COCEMFE ASTURIAS

info@apoyoycuidados.com - www.apoyoycuidados.com

LOGROS CONSEGUIDOS EN LAS JORNADAS

Desde el 1 de Octubre de 2014 se ha instaurado en nuestra Comunidad Autónoma el Cribado Neonatal Ampliado para la Fibrosis Quística, una reivindicación histórica de las asociaciones representativas de Enfermedades Raras pertenecientes a COCEMFE Asturias.

Este cribado permitirá la detección de ciertas enfermedades que, si no se tratan pronto, pueden tener consecuencias graves para la salud, como discapacidades o la muerte prematura. Con la detección precoz de la enfermedad se puede controlar tempranamente la evolución de la patología, evitando o reduciendo así los riesgos que comporta, y logrando acelerar el inicio de los tratamientos para prevenir complicaciones y secuelas importantes, lo que sin duda mejorará el estado de salud de los afectados e, indirectamente, el de sus familiares.

Asimismo se establecerán **grupos de trabajo con la Dirección General de Salud Pública**, integrados por los afectados y el movimiento asociativo que los representa, para abordar los problemas que les afectan y avanzar, siguiendo la Estrategia en Enfermedades Raras del Sistema Nacional de Salud, hacia su resolución.

DÍA MUNDIAL DE LAS ENFERMEDADES RARAS

El inicio de la campaña de visibilización comenzó con la celebración el 28 de febrero del *DÍA INTERNACIONAL DE LAS ENFERMEDADES RARAS*. Al igual que en años anteriores, consistió en el desarrollo de un acto de carácter lúdico-reivindicativo en la plaza del Ayuntamiento de Oviedo. Con ese acto se dio a conocer a la sociedad en general y a los poderes públicos en particular, **las reivindicaciones del colectivo, reflejadas en la lectura de un MANIFIESTO consensuado entre las entidades**, y en cuya lectura participaron distintos representantes políticos, como la Concejala de Servicios Sociales del Ayuntamiento de Oviedo, *Belén Fernández Acevedo*, el Director General de Salud Pública, *Julio Bruno* y el Director General de Políticas Sociales, *Enrique Rodríguez Nuño*.

En el transcurso del acto se procedió a la entrega al público asistente de camisetas conmemorativas del Día Mundial. Asimismo, la **Asociación Levántate y Danza** invitó a los asistentes a participar en el Taller de Danzas del Mundo. Finalmente, una suelta de globos puso una nota multicolor en el cielo ovetense, con la



que se hizo visible la diversidad de las enfermedades raras.

Las Enfermedades Raras o poco frecuentes se denominan así por su baja incidencia en la población. Para ser considerada como tal, cada enfermedad específica sólo puede afectar a un número limitado de personas. La definición de enfermedad rara que fija la Unión Europea se refiere a *"enfermedad diagnosticada en cinco enfermos o menos por cada 10 000 habitantes"*.

A pesar de tratarse de enfermedades poco frecuentes de forma aislada, en su conjunto suponen un importante problema, ya que afectan a entre el 5 y el 7% de la población de los países desarrollados. Según la Organización Mundial de la Salud existen cerca de 7.000 enfermedades raras, que afectan aproximadamente al 7% de la población mundial. En total, se estima que en España hay más de 3 millones de personas con enfermedades poco frecuentes. **En el caso de Asturias concurre una alta prevalencia, con alrededor de 76.000 personas afectadas.**

Por esta razón y por su origen desconocido se puede afirmar que cualquier persona puede sufrir una patología poco frecuente en cualquiera de las etapas de su vida.



Lectura del manifiesto.

SE PRESENTÓ EN ASTURIAS LA CAMPAÑA

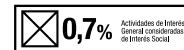


SOLIDARIA

www.xsolidaria.org

Con el lema, "**Declárate Feliz**", las organizaciones del tercer sector en Asturias presentaron la campaña "*X Solidaria 2015*", con el fin de concienciar a los contribuyentes asturianos de que marquen la casilla de Actividades de Interés General consideradas de Interés Social en su Declaración de la Renta. **Un gesto que no cuesta nada**, pero que es de gran valor para millones de personas que se benefician de proyectos de acción social, de cooperación internacional y de medio ambiente.

Marca en tu declaración de la renta la casilla de Actividades de Interés General consideradas de Interés Social.



Ayudarás a millones de personas que te necesitan.

Ni pagas más ni te devuelven menos.

Para reforzar la campaña se ha presentado una nueva herramienta, el "Programa PadreX" que, a través de un video animado, pretende sensibilizar a las personas que aún no conocen las ventajas de darle un destino solidario a parte de sus impuestos.

Se encargaron de representar a las entidades de acción social: **Pilar Conde**, presidenta de la Federación de Personas con Discapacidad Intelectual

de Asturias (FEAPS-Asturias), **Cristina Sariago**, presidenta de la Federación de Personas Sordas del Principado de Asturias, (FESOPRAS), **Víctor García, Ordás** presidente de la Red Europea de Lucha contra la pobreza y la Exclusión Social en Asturias, (EAPN-As) y director territorial de la Fundación Secretariado Gitano, y **Mónica Oviedo**, vicepresidenta de la Confederación Española de Personas con Discapacidad Física y Orgánica de Asturias, (COCEMFE Asturias).

Para apoyar la campaña "X Solidaria", también acudió al acto el vicerrector de Extensión Universitaria y Comunicación de la Universidad de Oviedo, **Vicente Domínguez**.

Cada una de estas organizaciones desarrolla diversos programas a cargo de los fondos del 0,7. En ese sentido, la presidenta de Fesopras, Cristina Sariago, nos habló, entre otras cosas, del **programa de atención integral a las personas sordas**, que vienen desarrollando para mayores y jóvenes, y donde también se ofrece el servicio de intérpretes. Por su parte, la presidenta de Feaps, Pilar Conde, destacó la importancia del **programa de inclusión social dirigido a la población reclusa en la cárcel de Villabona**, con el fin de mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual sujetas al régimen penal penitenciario (reclusas y/o ex reclusas), así como la de sus familias.

También las 28 entidades, representadas por EAPN Asturias, de mujeres, personas discapacitadas, minorías étnicas, infancia, mayores, etc., se están viendo afectadas por los recortes presupues-



Durante la campaña del año pasado, en Asturias, fueron más de 13 millones de euros los destinados a programas sociales, cantidad proveniente de más de medio millón de declarantes. Esa ayuda podría incrementarse en 6 millones más si se consigue el apoyo de los más de doscientos cincuenta mil contribuyentes potenciales.

tarios, según nos contó su presidente, que afirmó que hay más de 250.000 personas en riesgo de exclusión social en Asturias. Por su parte la vicepresidenta de COCEMFE Asturias, Mónica Oviedo, expuso uno de los proyectos más emblemáticos de la federación, el Centro de Atención Integral para Personas con Discapacidad Física y Orgánica Gravemente Afectadas, puesto en marcha por COCEMFE Asturias en la zona de Viesques, en Gijón, con fondos provenientes en parte del 0,7. Mónica Oviedo explicó también en el transcurso de su intervención, el Programa de Fomento de la Autonomía Personal y Vida Independiente.

Las entidades subrayaron que durante la campaña del año pasado, en Asturias, fueron más de 13 millones de euros los destinados a programas sociales, cantidad proveniente de más de medio millón de declarantes. Esa ayuda podría incrementarse en 6 millones más si se consigue el apoyo de los más de doscientos cincuenta mil contribuyentes potenciales a los que las entidades se dirigieron para dar una llamada



MARCA LA X SOLIDARIA Y DECLÁRATE FELIZ

FELIZ Dedicar parte de tus impuestos a la solidaridad

#declaratelifelizX

SOLIDARIA
www.xsolidaria.org

Marca en tu declaración de la renta la casilla de Actividades de Interés General consideradas de Interés Social.

0,7% Ayudarás a millones de personas que te necesitan.

Ni pagas más ni te devuelven menos.

Logos of various organizations: ERM, Sector, Fundación ERM, U, ERM, CORMI, etc.

de atención, a la vez que agradecían a todas las personas que, con su gesto solidario, contribuyeron decisivamente a mejorar la vida de miles de personas.

Cerró el acto el vicerrector de Extensión Universitaria y Comunicación de la Universidad de Oviedo, Vicente Domínguez, quien destacó el trabajo desarrollado por las organizaciones de acción social, así como el compromiso de la universidad con

las personas con discapacidad y los colectivos en riesgo de exclusión social, como queda patente en las numerosas colaboraciones con las entidades e iniciativas como las **Jornadas "Universidad y Discapacidad"**. Domínguez explicó que consideraba tan normal la solidaridad de las personas, que la casilla debería estar ya marcada por defecto con la X, y que el lema de la campaña debería ser **"Desmarca la X solidaria"**. Una idea que fue muy bien acogida por todos los presentes.



“FOR AN INCLUSIVE EUROPE” PARA UNA EUROPA INCLUSIVA



Técnicos de COCEMFE Asturias y participantes en el proyecto “For an inclusive Europe” en un momento de su visita a las instalaciones de COCEMFE Asturias.

COCEMFE Asturias lleva a cabo un proyecto denominado “For an Inclusive Europe” en el marco del **Programa Erasmus +**, financiado por la **Agencia Nacional Española del Programa Erasmus + / Juventud del Instituto de la Juventud (INJUVE)**, que se desarrolló en Oviedo del 13 al 21 de junio de 2015.

El nuevo **Programa Erasmus +** se enmarca en la estrategia Europa 2020, en la estrategia Educación y Formación 2020 y en la estrategia Rethinking Education y engloba todas las iniciativas de educación, formación, juventud y deporte.

En materia educativa abarca todos los niveles: escolar, formación profesional, enseñanza superior y formación de personas adultas.

El *Proyecto For an Inclusive Europe*, se enmarca dentro de este Programa, en la Acción Clave K1: Movilidad de las personas que trabajan

en el ámbito de la juventud y tiene como objetivo general la formación de formadores pertenecientes a asociaciones, ONG u otro tipo de entidades sin ánimo de lucro que estén vinculadas al trabajo con jóvenes con discapacidad o necesidades educativas especiales, siendo una de sus principales líneas de trabajo el desarrollo de programas formativos y de orientación laboral para jóvenes con discapacidad.

Como expertos en discapacidad, hemos sido seleccionados para desarrollar este proyecto en el que hemos intercambiamos impre-



Uno de los representantes entrevistado por la TPA.

siones con socios de distintos países: Reino Unido, Holanda, Portugal, Israel, Turquía, Italia, Chipre y España.

El objetivo de este proyecto es el fomento e introducción de nuevas metodologías educativas que faciliten la inclusión socio laboral de jóvenes con discapacidad o Necesidades Educativas Especiales (NEE). La creación de una red que permita el intercambio de buenas prácticas y metodologías educativas que avancen hacia la vanguardia en un sector como la integración social-laboral de las personas con discapacidad, desarrollando un modelo que se puede aplicar y extender a otros países europeos.

La integración es un elemento esencial en la sociedad de hoy en día, que ayuda a la creación de una sociedad más justa. La integración social y laboral es una cuestión prioritaria a nivel Europeo y, desde COCEMFE Asturias, tenemos el pleno convencimiento de que Europa debe precisar más atención en el desarrollo de proyectos en los que se afronte este tema, vital para promover el cambio en nuestra sociedad, haciéndola más igualitaria e integradora.

Cada organización de los países participantes, ha enviado un equipo de 4 profesionales del campo de la intervención y educación de jóvenes con Necesidades



Educativas Especiales, para recibir una acción formativa: **“Formar a los formadores, una tarea para todos”; que se desarrolló en Oviedo y que tiene como objetivos:**

El aumento en el conocimiento de las tipologías de discapacidades.

El conocimiento de técnicas de inclusión social y laboral.

Contribución a la creación de “nuevas perspectivas de DESARROLLO educativo y técnicas de inclusión social y laboral” que contribuya a alejarse de métodos ya obsoletos.

Oportunidad de intercambio de informaciones, técnicas y herramientas para el trabajo con jóvenes con discapacidad.

Adquisición de nuevas habilidades y métodos aplicables al campo de trabajo.

Apertura a nuevas culturas y formas de trabajo.



La integración social y laboral es una cuestión prioritaria a nivel Europeo y, desde COCEMFE Asturias, tenemos el pleno convencimiento de que Europa debe precisar más atención en el desarrollo de proyectos en los que se afronte este tema, vital para promover el cambio en nuestra sociedad, haciéndola más igualitaria e integradora.

A su vez, esta experiencia representa una oportunidad para nuestra entidad, su personal técnico y el resto de organizaciones participantes de establecer relaciones, compartir conocimiento y adquirir nuevas habilidades que permitan desarrollar metodologías educativas y de inclusión socio laboral para personas con discapacidad, y el establecimiento de nuevas redes que podrían convertirse en nuevas alianzas para seguir trabajando en el mismo área, desarrollando nuevos proyectos y programas.

Carolina Collar Menéndez.



Asturiana de Zinc, S.A.U.
UNA COMPAÑÍA GLENCORE

COCEMFE Asturias desarrolla *El Programa de Atención Integral para las Mujeres con Discapacidad*

El pasado 19 de marzo tuvo lugar en la sede central de COCEMFE Asturias de Gijón la presentación en rueda de prensa del *programa de Atención Integral para las Mujeres con Discapacidad (PAIMD)*, puesto en marcha por la **Confederación Estatal de Mujeres con Discapacidad (CEMUDIS)**, entidad integrada en COCEMFE, que se lleva a cabo en cuatro comunidades autónomas, entre las que se encuentra el Principado de Asturias.

Al acto asistieron la Consejera de Bienestar Social, *Graciela Blanco*, la concejala de Bienestar Social del Ayuntamiento de Gijón, *Eva Illán* y la directora del Instituto Asturiano de la Mujer, *Carmen Sanjurjo*, junto con una nutrida representación de asociaciones y entidades representativas del ámbito de la mujer, entre las que se encontraba la directora de la Oficina de Políticas de Igualdad de Gijón, *Felisa Soria*.

Este proyecto nace como respuesta a las necesidades específicas de las mujeres con discapacidad, en especial a la flagrante invisibilidad de la que somos objeto. Forma parte de las convocatorias de subvenciones de COCEMFE, y se financia a través del 0,7% del IRPF del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad.



De izda. a dcha.: Carmen Sanjurjo, Graciela Blanco, Mónica Oviedo y Eva Illán en la presentación del "Programa de Atención Integral para las Mujeres con Discapacidad" a los medios de comunicación.

En el 2009 tiene lugar en Sevilla la constitución de la **CONFEDERACIÓN ESTATAL DE MUJERES CON DISCAPACIDAD (CEMUDIS)**, que aspira a ejercer como entidad representante de todas las mujeres con discapacidades del estado.

En el 2010, la Confederación estatal de mujeres con discapacidad, (CEMUDIS), entra a formar parte de COCEMFE Estatal, a la que pertenece COCEMFE Asturias, e integrada por más de 1.600 asociaciones de personas con discapacidad física y orgánica.

El programa para la atención integral de las mujeres con discapacidad (PAIMD), surge de la iniciativa de CEMUDIS, como resultado de la detección de las necesidades específicas de las mujeres con discapacidad y la invisibilidad de la que son objeto.

Junto con Asturias, el programa se desarrolla actualmente en otras tres Comunidades Autónomas (La Rioja, Extremadura y Castilla la Mancha).



COCEMFE Asturias será la entidad encargada durante 2015 de establecer en Asturias la infraestructura necesaria para lograr el éxito del programa y cumplir con los objetivos propuestos. Cabe recordar que las mujeres suponen el 48 % de la población con discapacidad en Asturias, lo que significa que hay más de 50.000 mujeres con discapacidad en nuestra Comunidad.

EL PROGRAMA

El programa está constituido por talleres dirigidos a mujeres con discapacidad, en grupos reducidos de entre 12 y 15 participantes.

Los talleres, totalmente gratuitos, tienen una duración de 30 horas, comenzaron a impartirse en el mes de abril y está previsto que terminen a finales de año. Las sesiones se realizan un día a la semana, con una duración de dos horas y media, durante tres meses. Durante este tiempo se realizarán seis talleres, con una participación de 90 mujeres. Además, se prestará atención individualizada a las mujeres que así lo requieran.

Asimismo se llevará a cabo una Jornada de Sensibilización al final del programa, que tratará sobre género y discapacidad, y estará dirigida al personal de la Administración, las entidades privadas y al público en general.



OBJETIVOS QUE PERSIGUEN LOS TALLERES:

- Potenciar las habilidades, capacidades y recursos necesarios para potenciar el desarrollo individual y aumentar la autoestima y la valoración personal de las asistentes.
- Favorecer el empoderamiento, la toma de decisiones de todo lo que afecta a sus vidas, la libertad de escoger y adquirir el control de sus vidas para diseñar su propio proyecto vital. Potenciar el protagonismo de las mujeres con discapacidad.
- Conocer la realidad, las demandas, las necesidades y las reivindicaciones de las mujeres con discapacidad en Asturias, explicadas por ellas mismas y, con esa información, plantear soluciones y líneas de actuación.

Durante este tiempo se realizarán seis talleres, con una participación de 90 mujeres. Además, se prestará atención individualizada a las mujeres que así lo requieran

PROGRAMA FINANCIADO POR



GAMA DE PRODUCTOS

- ➔ Equipos de impresión
- ➔ Sistemas de gestión documental
- ➔ Instalaciones informáticas
- ➔ Venta y alquiler de audiovisuales
- ➔ Purificadores de aire
- ➔ Equipos para el manipulado de papel
- ➔ Consumibles
- ➔ Servicio de asistencia técnica

Alonso Rodríguez Copiadoras S.L.
 C/ Asturcón Nº 2 Bajo
 33006 - Oviedo
 Tel: 985 258 151 - 985 232 513
 Fax: 985 272 756
 arco@arcoofimatica.com
 www.arcoofimatica.com

Noticias de Accesibilidad

Susana Calvo y David Fernández, Técnicos de la OTA

SE INAUGURA EL EQUIPAMIENTO ACCESIBLE DE LA PLAYA DE PONIENTE

El pasado mes de Marzo se inauguró en Gijón, el equipamiento accesible de la playa de Poniente que dará servicio los meses de julio a septiembre, en horario de 11 a 19 horas.

COCEMFE Asturias, a través de su Oficina Técnica de Accesibilidad, (OTA), ha sido la encargada de la realización de un Plan Redactor para dotar a la Playa de Poniente de aquellos elementos necesarios que den como resultado su completa accesibilidad.

A partir de ahora, las personas que se acerquen a esta playa podrán disfrutar de la misma en igualdad de condiciones que cualquier otra persona, con independencia de sus diferentes capacidades.

El servicio de atención de playa accesible, se prestará en el *Edificio de Servicios de Playa Accesible de la Playa de Poniente de Gijón*. El edificio consta de dos baños, dos vestuarios, taquillas y biblioplaya con servicio de préstamo de libros y prensa.

El arenal contará con una pasarela, una ducha accesible y plataformas estacionales, (una de ellas con sombra), al



Edificio de Servicios de Playa Accesible.

objeto de evitar los efectos nocivos del sol. Como novedad para las personas con discapacidad sensorial se dispondrá de un sistema de audioplaya para que las personas ciegas o con déficit visual puedan acceder al baño con la mayor autonomía y seguridad, así como personal con conocimientos de lengua de signos española (LSE), además se dispondrá de dos sillas anfibia, muletas anfibia y diversos tipos de elementos de flotación.

Asimismo habrá un panel informativo en Braille y altorrelieve, con el fin de que las personas ciegas puedan saber donde se encuentran los distintos

El edificio consta de dos baños, dos vestuarios, taquillas y biblioplaya con servicio de préstamo de libros y prensa.

componentes del equipamiento, así como franjas de pavimento táctil para facilitar su orientación.

Las personas sordas o con déficit auditivo contarán con un avisador acústico y luminoso en los baños y vestuario, para que puedan alertar de cualquier situación de emergencia (caídas etc.) y comprobar que la alarma está activada.

Igualmente, se establecerán en el entorno **11 nuevas plazas de aparcamiento para personas con movilidad reducida.**

SOLICITUD DE MEJORA DE LA ACCESIBILIDAD DEL TRANSPORTE URBANO E INTERURBANO EN AUTOBÚS

Representantes de nuestra Oficina Técnica de Accesibilidad, (OTA), junto a la Presidenta de Alas Asociación Lupicos de Asturias, *Nélida Gómez*, se reunieron el pasado 27 de Abril con el Director general de Transportes y Movilidad, *José Manuel Caldevilla*. La finalidad de la reunión fue exponer la necesidad de continuar con la mejora de accesibilidad tanto del material móvil como de las paradas y solicitar que los transportes escolares dispongan de protección a los rayos UV.



PRESENTACIÓN DE LOS NUEVOS AUTOBUSES DE EMTUSA

El responsable de la Oficina Técnica de Accesibilidad, de COCEMFE Asturias, David Fernández asistió al acto de presentación de los nuevos autobuses de la Empresa Municipal de Transportes Urbanos de Gijón (EMTUSA).



El acto se celebró en la Plaza Mayor de Gijón y acudió al mismo el *Concejal de Movilidad y Presidente de la Empresa Municipal de Transportes Urbanos de Gijón* e *Ignacio Martín-Angulo*, Gerente de la misma. Además se contó con la presencia de representantes políticos municipales, del sector de la movilidad y del movimiento asociativo de la ciudad.

En cuanto a las 7 nuevas unidades que prestarán servicio a la línea 10 Pumarín-Hospital de Cabueñes, cabe destacar que ven mejorada notablemente su accesibilidad a las personas con discapacidad y/o movilidad reducida.

En esta materia cabe destacar el siguiente equipamiento:

Rampa automática para el acceso de personas con discapacidad y carritos de bebé, rampa adicional manual para solventar los casos de avería de la rampa automática.

Piso bajo, para facilitar las acciones de bajada y subida del autobús.

Disponen de la acción de arrodillamiento lateral del autobús para hacer más fácil el acceso de aquellas personas con cierta dificultad de subir los escalones.

Pantalla TFT con un nuevo canal de comunicación que permitirá informar con más detalle sobre las próximas paradas o modificaciones previstas en el servicio, así como facilitar otra información de interés a los usuarios. La información visual exterior del número de línea, se complementan con información sonora hacia el exterior, que se activa con la apertura de las puertas.

COCEMFE Asturias se congratula y reconoce como muy positivas estas acciones destinadas a incrementar la accesibilidad universal de la flota de autobuses urbanos y...

... destaca la mejora que supone esta nueva rampa adicional manual que indudablemente evitará situaciones de inaccesibilidad y de discriminación que especialmente soportan las personas usuarias de silla de ruedas.

ACCESIBILIDAD PASOS DE PEATONES OVIEDO

En 2.015 el Ayuntamiento de Oviedo tiene previsto mejorar la accesibilidad de los pasos de peatones del municipio con una partida de 400.000 €.

Desde nuestra Oficina Técnica de Accesibilidad, (OTA), se ha entregado al área de Urbanismo del Ayuntamiento una propuesta de mejora de 71 pasos de peatones y cruces de calles que no disponen del vado destinado a salvar el desnivel entre la acera y la calzada en las calles de todo el Concejo de Oviedo.

PROYECTO EN4DIS NUEVAS TECNOLOGÍAS PARA UNA CIUDAD MÁS ACCESIBLE

El pasado 17 de Abril con motivo de los **Desayunos Tecnológicos** organizados por el Centro Municipal de Empresas de Gijón, el Instituto Universitario de Tecnología Industrial de Asturias (IUTA) y las Empresas Asturianas en el Parque Científico y Tecnológico de Gijón, se ha presentado públicamente el proyecto EN4DIS en la Laboral Centro de Arte y Creación industrial de Gijón.

COCEMFE Asturias como entidad facilitadora y las empresas OXÍGENO EMPRESARIAL e INNOVA y el Centro Tecnológico Fundación PRODINTEC, ha desarrollado el proyecto EN4DIS cofinanciado por el Centro Municipal de Empresas de Gijón a través de la iniciativa Plataformas de Desarrollo Empresarial 2013, **una aplicación para dispositivos Android que ayuda a las personas con discapacidad a guiarse**

por el interior de los edificios, permitiendo tanto generar como visualizar información de accesibilidad.

Mediante esta aplicación es posible dibujar trayectorias sobre el plano del edificio, mapear los puntos de interés (aparcamiento, ascensores, escaleras, mostrador de información, aseos, salidas de emergencia...) y clasificarlos según su nivel de accesibilidad. Posteriormente, cual-

quier usuario puede descargarse el plano generado para desplazarse por el edificio conociendo previamente el nivel de accesibilidad de las instalaciones a visitar.

Las pruebas piloto se han realizado en más de 30 edificios de uso público de Gijón, dando como resultado el disponer en la aplicación de una base de datos con los edificios públicos más emblemáticos de la ciudad.

PROYECTO INCLUYE+D

de apoyo a alumnos con necesidades educativas especiales por motivo de discapacidad con apoyo de las TICs

COCEMFE Asturias ha comenzado el **proyecto Incluye+d** de "Apoyo a alumnos con necesidades educativas especiales por motivos de discapacidad con apoyo de las TIC", cuyo objetivo es promover acciones y apoyos destinados a favorecer la autonomía personal del alumnado que presenta necesidades educativas derivadas de la discapacidad, mediante la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación, y prevenir con ello el fracaso, y/o abandono escolar en los ciclos formativos obligatorios y no obligatorios.

Con este proyecto, que se desarrolla en Andalucía, Madrid, Asturias, Comunidad Valenciana y Canarias, COCEMFE pretende proporcionar apoyos tecnológicos y/o profesionales a 20 alumnos con discapacidad.

Financiado gracias al 0,7% del IRPF del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad y por tanto desarrollado gracias a la solidaridad de los contribuyentes que cada año marcan en su declaración de la renta la casilla de Actividades de Interés General consideradas de Interés Social.

El ámbito de actuación del proyecto son los centros inclusivos del Principado de Asturias, principalmente en educación primaria y secundaria.



El **proyecto Incluye+d** persigue, mediante la suma de diversos apoyos solicitados y/o consensuados con los centros educativos, favorecer y mejorar la autonomía personal y el aprendizaje del alumnado que presenta necesidades educativas especiales derivadas de la discapacidad mediante la utilización de las tecnologías de la información y la comunicación.

El ámbito de actuación del proyecto son los centros inclusivos del Principado de Asturias, principalmente en educación primaria y secundaria, siendo posible la intervención de igual manera en bachillerato y formación profesional.

De manera prioritaria, **se atenderá a alumnos con necesidades educativas especiales derivadas de una discapacidad física y orgánica o pluridiscapacidad**, aunque se intentará en la medida de lo posible atender otras discapacidades.



C/ Lealtad, 13. 33212 Gijón - Tel: 985 321 700 - Fax: 985 323 831
Apartado 314 - 33280 Gijón - www.olmar.com



GRUPOTAPIA

Tel. 985 21 29 56
www.grupotapia.com



**SEGURIDAD Y
TELECOMUNICACIONES**

Asamblea General Ordinaria y Extraordinaria de COCEMFE

COCEMFE NACIONAL celebró el pasado 6 de junio su Asamblea General Ordinaria y trasladó durante el acto de inauguración las principales reivindicaciones de este colectivo al Gobierno a través del director general de Políticas de Apoyo a la Discapacidad, Ignacio Tremiño.

Durante la Asamblea, en la que COCEMFE Asturias estuvo representada por su vicepresidenta *Mónica Oviedo* y el Secretario de Sanidad, *Emilio Rodríguez Fuentes*, *Mario García* hizo balance del trabajo de la entidad durante 2014 destacando la creación de casi 4.200 puestos de trabajo para las personas con discapacidad, algo que según destacó "es una de las mayores prioridades de la Confederación, puesto que la plena integración en la sociedad del colectivo pasa por tener un empleo digno. Sin olvidarnos, ni mucho menos, de las personas que al tener una gran discapacidad tiene complicado encontrar un puesto de trabajo. Para ellos hemos dedicado las 1.500 plazas de los 45 Centros de Atención Integral en todo el país, centros que en los próximos años se incrementarán hasta alcanzar un total de 55".

Mario García hizo hincapié en el trabajo de COCEMFE en beneficio de la mujer con discapacidad e hizo un llamamiento a "erradicar de una vez por todas la violencia de género ejercida contra el colectivo", subrayando que "en 2014 la organización detectó 170 casos, a través de su programa de prevención en el que participaron cerca de 2.000 mujeres con discapacidad".

Durante la Asamblea General Ordinaria de la entidad se aprobaron por unanimidad la memoria de actividades y el balance económico de 2014, el programa de actividades y el presupuesto de 2015 y la incorporación de tres nueva entidades: la Asociación Española del Sueño (ASENARCO), la Federación Española de Deportes de Personas con Discapacidad Física (FEDDF) y la Confederación Andaluza de Entidades de



Personas con Discapacidad Física y Orgánica (Andalucía Inclusiva).

A continuación, COCEMFE celebró una Asamblea General Extraordinaria en la que se aprobaron por unanimidad los nuevos estatutos de COCEMFE, que entrarán en vigor en 2016 y pretenden facilitar el funcionamiento de la entidad y solucionar los problemas que puedan surgir en el futuro; el reglamento electoral de COCEMFE, con vistas a un desarrollo óptimo de las elecciones de la entidad del próximo año; y el código ético de la organización, un instrumento que servirá de guía de actuación para todas las personas que integran la Confederación.

En la foto: *Mónica Oviedo*, Vpta. de COCEMFE Asturias y *Mario García*, Pte. de COCEMFE.

Durante la Asamblea General Ordinaria de la entidad se aprobó la incorporación de tres nueva entidades: la Asociación Española del Sueño (ASENARCO), la Federación Española de Deportes de Personas con Discapacidad Física (FEDDF) y la Confederación Andaluza de Entidades de Personas con Discapacidad Física y Orgánica (Andalucía Inclusiva).



Convenio de Colaboración de COCEMFE Asturias y TLAVO

COCEMFE Asturias y la empresa de limpieza de vehículos TLAVO acaban de firmar recientemente un convenio de colaboración, a través del cual todas las personas con discapacidad integradas en nuestra Federación disfrutarán de una serie de ventajas como usuarios de los servicios de la empresa.

Marcos Pérez y Alberto Rodríguez son los socios propietarios de la empresa, y queremos que sean ellos mismos quienes nos hablen de ella y de los detalles de este acuerdo

P. ¿Podríais explicarnos cuándo nace TLAVO y cuáles son los servicios que ofrece?

TLAVO es una empresa que nace hace 18 meses de la inquietud de dos emprendedores que ven una carencia dentro de un mercado muy diverso como es el de la limpieza de vehículos, donde la comodidad del servicio a domicilio, la calidad de la limpieza al detalle y a mano, el uso de técnicas ecológicas que nos permiten trabajar si desperdiciar agua y la facilidad para el cliente de contactarnos por diferentes medios era algo desconocido. De esta forma hemos podido expandir nuestro modelo de negocio rápidamente entre sectores tan variados como la Hostelería, los concesionarios de vehículos, los polígonos industriales y los profesionales liberales y particulares en ciudades y urbanizaciones a las afueras de ellas.

P. ¿Qué aporta TLAVO a las personas con discapacidad que no lo hagan otras empresas de limpieza?

TLAVO facilita la limpieza de los vehículos, sillas ortopédicas y mobiliario del hogar a todos los usuarios discapacitados, que hasta ahora tenían esa necesidad y solo la podían solventar pidiéndole a sus allegados que realizaran

Lo que supondrá un descuento del 10% a todos los asociados que usen los servicios de TLAVO.



En la fotografía la firma del convenio.

esa ingrata tarea. La comodidad de que el servicio se realice a domicilio es un factor diferencial con respecto al resto de empresas que realizan este servicio, y aporta el valor añadido de que no hay que trasladarse ni esperar para que esa limpieza al detalle y a mano consiga un acabado perfecto del vehículo.

P. ¿Qué trámites deben seguir las personas que quieran beneficiarse de este convenio de colaboración con COCEMFE Asturias?

TLAVO ofrece en Asturias la posibilidad de que el servicio se realice a domicilio o en uno de los boxes que actualmente están en El Corte Inglés de la calle Uría, o en el Parking del Centro Modoo en Palacio de Calatrava en Oviedo.

Asimismo también disponemos del servicio en El Corte Inglés de Bilbao y de Pamplona.

Solo será necesario que se identifiquen como asociados de COCEMFE y podrán reservar el servicio a través de cualquiera de los canales de comunicación que tiene la empresa para solicitar el servicio, de forma que puedan beneficiarse

del 10% de descuento que tienen todos los asociados.

LA OPERATIVA DE RESERVA SERÁ ESTA:

Contratación del servicio a través de uno de nuestros canales de comunicación:

- **CENTRALITA TELEFÓNICA**
Teléfono 984 240 725
- **APP PARA SMART PHONES TLAVO**
En tienda Android o App Store de Apple.
- **RESERVAS A TRAVÉS DE LA WEB**
www.tlavo.es

Deberán identificarse como usuario de COCEMFE en el momento de la contratación del servicio anotándolo en la reserva o comunicándolo por teléfono.

Nos gustaría resaltar también que dentro del marco de cooperación con la Asociación, tenemos un compromiso con ella de contratación de personal de su bolsa de empleo, para incorporar personal de limpieza en el momento que sea necesario, para cubrir las necesidades del servicio que se demande por parte de sus asociados.

El Ayuntamiento de Gijón pone en marcha un servicio de asesoramiento gratuito PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD Y MAYORES



A través de un acuerdo de colaboración entre la Fundación Municipal de Servicios Sociales y el Colegio de Abogados, el ayuntamiento de Gijón pone en marcha un servicio de asesoramiento legal en materia de discapacidad para personas afectadas y sus familiares.

Los destinatarios de este servicio serán todas aquellas personas que presenten una discapacidad, o enfermedad que pueda derivar en la misma, así como los mayores de 75 años y sus familiares, con el único requisito de estar domiciliados en Gijón.

La selección de las personas a quienes se preste el servicio y su derivación al mismo correrá a cargo de los Servicios Sociales del Ayuntamiento de Gijón. Del asesoramiento legal se ocuparán cuatro abogados, formando dos equipos especializados en cada una de las materias: mayores y discapacidad.

El nuevo servicio, que consiste fundamentalmente en atender de forma presencial las consultas de los usuarios mediante cita previa, entra en vigor el 1 de junio. Tiene como fin dar respuesta a situaciones a veces complicadas de afrontar, debido a los escasos recursos económicos que impiden contratar un profesional especializado, o a otras circunstancias personales.

La iniciativa surgió a raíz de cumplirse los dos años de la puesta en marcha del Servicio de Intermediación Hipotecaria, que ya evitó el desahucio de más de 220 familias.

El servicio se prestará en la sede del Colegio de Abogados de Gijón, ubicada en la Plaza Fermín García Bernardo, en Cimadevilla, aunque también se podrán realizar consultas a través del teléfono 985 17 02 68, durante el horario de funcionamiento del servicio.

EL TURNO DE ASESORAMIENTO SERÁ COMO SIGUE:

PERSONAS MAYORES

Lunes y miércoles, de 17 a 20 h.

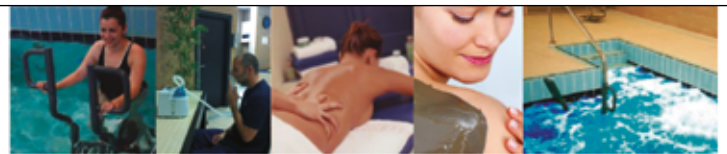
PERSONAS CON DISCAPACIDAD

lunes y jueves, de 17 a 20 h.

**Thera
Mar**
POLICLINICAS - TALASOTERAPIA

Único centro clínico de
talasoterapia en Asturias

Playa de Poniente, Dique Este
Gijón. Tfn.: 984 49 09 49



¿DOLOR? ¡Un alto para la salud!

Fibromialgia, reuma, artrosis, ictus, espondilitis, parkinson, prótesis,...

Tratamiento clínico natural con AGUA DE MAR

Masaje, Arcillas, Inhalador, Piscina Climatizada, Spa -todo integrado-

ESPECIAL PRECIO REDUCIDO

en convenio con Asociaciones de discapacitados

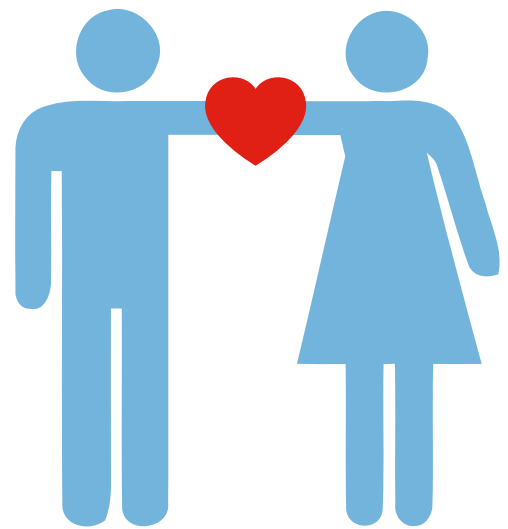
9€

FISIOTERAPIA INDIVIDUAL: programa específico con la enfermedad en convenio con las asociaciones... 5€/sesión

"Sexualidad..."

por favor un poco de educación

Hace un tiempo, con este título se celebraron en Gijón, unas Jornadas sobre educación con Mercedes García, Dra. en Psicología y Sexología, las recuerdo con emoción.



En las que estuvieron presentes organizaciones, como Afesa, Hierbabuena, Aspaym, COCEMFE Asturias, Abierto hasta el Amanecer, Acionared, Mujoas, FSG, Vivir en Positivo, Participa, Sega, Médicos del Mundo, Accem y Comité Antisida de Asturias.

Y las Asociaciones federadas a COCEMFE Asturias: Esclerosis Múltiple y Asempa en coordinación con Trabajadoras Sociales de COCEMFE Asturias

Se realizaron unos videos en los que las personas que participábamos contestábamos a dos preguntas:

- 1ª. **¿Qué era la Educación sexual para nosotros?**
- 2ª. **¿Cómo la vivíamos? (desde la enfermedad y la discapacidad).**

La Educación sexual es algo necesario para que todos podamos llevar una práctica sexual saludable, de hecho se imparte en los Institutos, si bien se orienta, principalmente a prácticas de riesgo y anticoncepción por ser lo mas preocupante para el sistema educativo cuando llega la adolescencia, pero esta educación tiene otros aspectos, y las personas con discapacidad somos un colectivo con un acceso o una demanda limitada y eso debe de cambiar, deben proliferar los cursos y talleres y no debe generar pudor el participar en ellos.

- La calidad más que la cantidad.
- La influencia negativa de los medicamentos que hacen que disminuya la libido.
- Con los años también disminuye la lubricación, teniendo que recurrir a geles, pomadas, etc.
- Que los laboratorios farmacéuticos investiguen en medicamentos para conseguir estos efectos secundarios.
- Importancia en el papel de la pareja, buscar motivaciones, zonas erógenas, caricias, etc., por eso decimos que la complicidad entre la pareja aumenta nuestra autoestima.

El primer problema, es la negación de la faceta sexual del individuo discapacitado ya que son considerados personas sin necesidades sexuales y que las muestren abiertamente puede ser incluso visto con recelo o extrañeza, o, en el peor de los casos, un objeto de burla. Esto nos demuestra que la formación no debe dirigirse en exclusiva al discapacitado, sino también a todo su entorno. Otras veces es el individuo el que muestra un apetito sexual atenuado, y eso no debe considerarse un problema secundario, ya que debe de abordarse en el adulto y especialmente en niños y adolescentes donde un entorno sobreprotector relega su faceta sexual a un segundo plano.

Una vez superada esa primera barrera, la segunda puede ser la idea reduccionista de sexualidad a coito y genital. La sexualidad es un concepto mucho más amplio, no se debe tratar de "adaptar" la sexualidad de una persona con discapacidad solo a eso. La persona con discapacidad deberá saber cuales son las prácticas que le resultan satisfactorias y siempre que

sean respetuosas consigo mismo, con su pareja sexual y con el resto, simplemente deben ser satisfechas, sin más. ¿Cómo saber cuales son las prácticas más satisfactorias para cada individuo?, pues primero debe conocerlas y para eso hay tres vías: la educación sexual, las experiencias de otras personas y la experimentación tanto propia como con la pareja.

Familiares y cuidadores deben saber como apoyar a alguien con necesidades no cubiertas o como reaccionan ante prácticas inadecuadas, como puede suceder en algunas personas con discapacidad psíquica, puntualizando que hay que ser muy cautos a la hora de juzgar los comportamientos sexuales.

Otro problema importante es el entorno que permita la actividad sexual, las personas con discapacidad, especialmente si son grandes discapacitados, son privados en demasiadas ocasiones del derecho a la intimidad, bien sea en su hogar o en centros asistenciales, donde sus habitaciones son zonas de acceso libre escu-

dándose en la necesidad de velar por ellos. Aquí la educación debe dirigirse a sus familiares y cuidadores, respetando horarios para que puedan saber cuando alguien no va a entrar inesperadamente, no realizar preguntas inadecuadas ni hacer comentarios sobre desorden u otras cosas, todos tenemos derecho a la práctica sexual y a la masturbación y no hay que avisar o pedir permiso para disponer de intimidad, cada uno lo gestionará adecuadamente.

¿CÓMO AYUDAR A ALGUIEN A PREPARARSE PARA UN ENCUENTRO?

El aseo, la ropa, el desplazamiento a la cita, o que esta se produzca en el lugar de residencia del discapacitado si su pareja viene al lugar donde convive con otros, los problemas pueden ser diversos y su solución compleja, pero eso no debe ser excusa para no abordarlos, debe plantearse como afrontar esas cuestiones al igual que se hace con otros en el entorno de la familia o en el centro asistencial.

En cuanto a los problemas concretos que pueden aparecer directamente a la patología causante de la discapacidad, podemos encontrar:

- Vergüenza, problemas de autoestima, miedo a la desnudez, pudor, etc.
- Problemas de movilidad
- Baja resistencia a la fatiga, problemas de ventilación
- Alteraciones de la sensibilidad.
- Problemas de erección, lubricación, etc.
- Incontinencia urinaria o fecal.
- Presencia de dolor.

En muchas ocasiones, afortunadamente existen soluciones como:

- Asesoramiento profesional médico, si la persona lo considera necesario no debe despertar temores, los profesionales sanitarios encuentran estos casos con frecuencia, y están contemplados en la práctica clínica.
- Posiciones y técnicas cómodas, método de prueba y error.
- Ayudas protésicas, medicación para la erección.
- Lubricantes externos y técnicas de relajación.
- Vaciado previo al encuentro sexual.
- Psicoterapia, asistencia de un experto en sexología,...



Tres películas muy recomendables sobre sexualidad y discapacidad.

Hablamos aquí del individuo, hay películas como "Intocables", "Las sesiones", "L'assistante" de David Guiraud, que han tocado el tema para el gran público desde lo más profundo de las aguas donde estaban escondidos. Este tipo de filmografías abre debate de la asistencia sexual profesional, crea demandas de las ayudas para estas demandas físicas, y farmacológicas (las farmacéuticas son empresas, crearán productos si hay demanda para ellos, por otra parte las interacciones de los fármacos en la función sexual suelen ser conocidos, otra cosa, es que se tengan en cuenta según la actividad del paciente).

La pareja sexual debe ser de plena confianza para resolver estos temas, tengan una relación afectiva con ella o no, que también puede ser, y la persona con discapacidad debe sentirse segura y con autoconfianza para abordarlos. Privarse de la práctica sexual nunca será la solución, solo una necesidad no satisfecha, que acabará haciendo que una persona sea menos feliz.

La educación debe dirigirse a familiares y cuidadores,... todos tenemos derecho a la práctica sexual y a la masturbación...

Como veis, este tema preocupa a hombre y mujeres que padecemos enfermedades, a profesionales y asociaciones. Larga vida a este tema, muchas gracias a todas las personas que nos tratáis y compartís el día a día con nosotros.

Gracias a Álvaro, fisioterapeuta de COCEMFE, por su colaboración con este tema y a los trabajadores de ASEMPA que nos ayudáis en el día a día.

UN ABRAZO PARA TODOS

Baudi Fernández Verdejo, comunicación de ASEMPA.



LIMPIEZA DE VEHICULOS A DOMICILIO

- Sin agua
- En su casa o trabajo
- También tapicerías

Reservas:
tlf: 984 240 725
web: www.tlavo.es
Descarga nuestra App

BREVES

COCEMFE PRESENTÓ 374 PROYECTOS EN 2014, UN 23% MÁS QUE EL AÑO ANTERIOR

En el año 2014 se presentó a la convocatoria de subvenciones de la Confederación Española de Personas con Discapacidad Física y Orgánica (COCEMFE) un total de 374 proyectos, lo que supone un incremento del 23% con 87 proyectos más que en 2013.

“Los proyectos que desarrollan COCEMFE y sus entidades tienen como objetivo alcanzar la verdadera inclusión de las personas con discapacidad, proporcionando al colectivo una atención personalizada y unos servicios específicos para dar respuesta a las necesidades de este colectivo”, apunta el presidente de COCEMFE, Mario García.

Financiados a través del **0,7% del IRPF del Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad y el Plan de Prioridades de Fundación ONCE**, estos proyectos han dado prioridad a la atención directa a personas con discapacidad, aumentando el número de entidades subvencionadas en programas tales como Apoyo para la autonomía personal y la vida autónoma, Descanso familiar, Intervención con familias y Servicios transitorios de alojamiento. Además en esta convocatoria se consiguieron nuevos programas como el de Información a Pymes, Transporte y movilidad puerta a puerta para la autonomía personal, así como el de Necesidades especiales del alumnado derivadas de su discapacidad.

Del total de proyectos presentados, el 45% de los mismos se centró en la **Atención integral sociosanitaria** del colectivo en el domicilio y en servicios similares de proximidad, el 15% a la **Construcción o adecuación de infraestructuras de centros y residencias**, el 13% a **Formación y empleo** de personas con discapacidad y un 5% a **Transporte adaptado puerta a puerta**, entre otros grupos de programas.



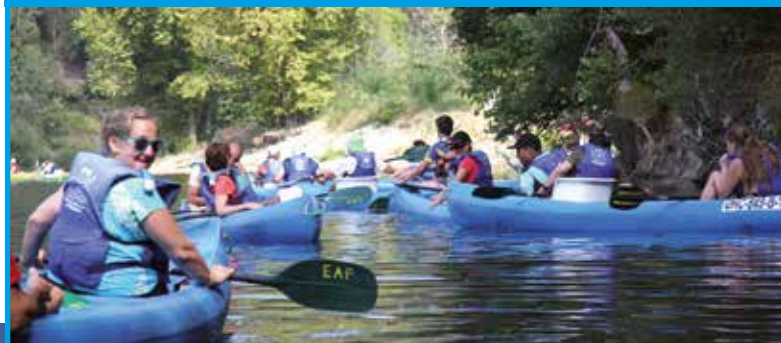
CONTABILIZADAS CASI 452.911 FIRMAS DE APOYO A LA ILP CONTRA EL COPAGO EN DEPENDENCIA A 25 DE JUNIO DE 2015

Un total de **452.911 personas** habían firmado a fecha 25 de junio la iniciativa legislativa popular (ILP) promovida por el movimiento social de la discapacidad **contra el copago confiscatorio en materia de autonomía personal y dependencia**, según datos dados a conocer en la Asamblea del Comité Ejecutivo del CERMI celebrada en Madrid.

La recogida de firmas continuará hasta finales de año, para obtener las 500.000 firmas necesarias para que prospere la ILP, al cierre de esta edición se ha alcanzado el 91% del objetivo total.

El Comité Ejecutivo del CERMI ha agradecido el gran apoyo recibido de su base social y de toda la ciudadanía española para esta iniciativa y se ha comprometido a intensificar en los meses que restan la movilización cívica de todo el tejido asociativo de la discapacidad para alcanzar el resultado del medio millón de firmas que precisa la ILP para llegar a debatirse en el Parlamento español.

COCEMFE Asturias al igual que COCEMFE apoya la iniciativa participando activamente en la recogida de firmas junto a varias de sus asociaciones federadas de programas.



XXII DESCENSO DEL SELLA ADAPTADO-ECOPILAS

La **Federación de Deportes para Personas con Discapacidad Física del Principado de Asturias (FEDEMA)** ha convocado el XXII Descenso del Sella Adaptado que se celebrará el próximo 2 de agosto.

Las personas con una discapacidad física en posesión del certificado oficial del grado de discapacidad que deseen participar podrán inscribirse antes del 22 de julio. La información se puede encontrar en la página de la federación:

fedema@fedema.com

NUEVO CURSO DE COCEMFE ASTURIAS DIRIGIDO A LOGOPEDAS

COCEMFE Asturias organiza junto al EPAP el curso "Práctica Clínica de MO: Puntos Motores de la cara y técnicas de intervención", dirigido a Logopedas, a realizar los próximos 11 y 12 de julio en el Centro de Atención Integral de Viesque, Gijón.

Impartido por **Susana Araujo**, Máster en Logopedia y precio de 150 euros, con un **10% de descuento para asociados a ALPA y para logopedas en paro**.

Más información en:

<http://epap.com.es/fo-pmc-atra.html>

AL FINALIZAR EL CURSO EL ALUMNO ESTARÁ CAPACITADO PARA

- Identificar anatómicamente los músculos faciales, cuello y cintura escapular.
- Identificar los puntos motores y zonas motoras de la cara.
- Conocer la postura correcta en el abordaje del paciente.
- Dominar las habilidades de palpación:
 1. Observación y palpación de la piel.
 2. Hipersensibilidad.
 3. Dolor.
 4. Palpación de los músculos.
 5. Puntos gatillo.

LA RED

LANZA UN CONCURSO INTERNACIONAL DE CUENTOS SOBRE DISCAPACIDAD

La Red Iberoamericana de Entidades de Personas con Discapacidad Física (La Red) lanza el I Concurso Iberoamericano de Cuentos sobre Discapacidad, con el fin de sensibilizar a la población y romper con los estereotipos que perjudican a las personas con discapacidad.

Este **I Concurso Iberoamericano de Cuentos sobre Discapacidad** se enmarca en el proyecto internacional "La discapacidad desde el enfoque basado en derechos: consolidando el trabajo en red en América Latina y el Caribe", llevado a cabo por La Red y COCEMFE con la financiación de la Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo y la Fundación Once.

Pueden participar de este certamen todas las personas de los siguientes países que sean mayores de 18 años: Argentina, Colombia, Cuba, Ecuador, El Salvador, España, Honduras, México, Nicaragua, Paraguay, Perú y República Dominicana. Además, según las bases, los cuentos se tendrán que presentar en lengua castellana, deberán ser originales e inéditos y no haberse presentado en otro concurso.

Por otro lado, la temática únicamente es de discapacidad, buscando romper los diferentes estereotipos en los que se enmarca a las personas de este colectivo. Las categorías son las siguientes: Categoría amateur, para personas

aficionadas a la escritura con cierto conocimiento de ella; y categoría profesional, para personas que practican habitualmente la actividad de escribir.

La fecha límite de recepción de los cuentos originales será el 7 de septiembre de 2015 y el plazo máximo de resolución del procedimiento será el 30 de octubre de 2015. El fallo se dará a conocer a través de la página web de La Red:

www.larediberoamericana.com

A los/as ganadores/as se les comunicará personalmente el fallo.

I CONCURSO IBEROAMERICANO DE CUENTOS SOBRE DISCAPACIDAD

Para ver las bases del concurso visita: www.larediberoamericana.com/

Plazo para envío de los cuentos: **20 de mayo al 7 de septiembre 2015**

Fecha de comunicación del fallo: **30 de octubre 2015**

Logos: la Red, cooperación española, COCEMFE, Fundación ONCE



Alboraya Matalascañas

Programa de VACACIONES COCEMFE 2015

La Confederación Española de Personas con Discapacidad Física y Orgánica (COCEMFE) lanza el Programa de Vacaciones IMSERSO-COCEMFE 2015, financiado por el IMSERSO y Fundación ONCE, que permitirá a más de 1.400 personas ejercer su derecho al ocio y disfrutar de unas vacaciones adaptadas en destinos de primera categoría.

El Programa de vacaciones tiene como objetivo permitir al colectivo disfrutar en igualdad de condiciones de su tiempo de ocio y aliviar sus dolencias en los viajes realizados a balnearios, promoviendo al mismo tiempo su bienestar emocional, su integración y normalización social y las relaciones interpersonales entre los participantes.

Durante este año se realizarán un total de **34 turnos de vacaciones**, de los cuales 25 serán en playas, turismo de interior y naturaleza; tres en balnearios y seis con destino a islas. Como novedades en esta nueva edición se encuentran los destinos de **Gandía** (Valencia), **Malgrat de Mar** (Barcelona), **Alcocéber** (Castellón), **Santa Susana** (Barcelona), **Lloret de Mar** (Girona) y **Lanzarote** (Las Palmas).

El programa de vacaciones que ha comenzado su andadura en el mes de junio, continúa con los siguientes turnos:

PLAYAS, TURISMO DE INTERIOR Y NATURALEZA

TURNO	FECHA	DESTINO	HOTEL	PRECIO
8	01-10/07/2015	Mojácar (Almería)	H. Marina Playa (4*)	250€
9	02-11/07/2015	La Manga del Mar Menor (Murcia)	H. Las Gaviotas (3*)	260€
11	11-20/07/2015	Torreveija (Alicante)	H. Cabo Cervera (3*)	230€
12	21-30/07/2015	Alboraya (Valencia)	H. Olympia (4*)	240€
N 13	22-31/07/2015	Malgrat de Mar (Barcelona)	H. Sorra Dor (3*)	240€
14	28/07-06/08/2015	Oviedo (Asturias)	AH. Ovida (3↙)	200€
N 16	04-13/08/2015	Alcocéber (Castellón)	AH. Eurhostal (3↙)	300€
17	20-29/08/2015	Alboraya (Valencia)	H. Olympia (4*)	250€
N 18	21-30/08/2015	Santa Susana (Barcelona)	H. Mercury (4*)	260€
N 19	22-31/08/2015	Lloret de Mar (Girona)	H. Don Juan (3*)	260€
20	23/08-01/09/2015	Almuñécar (Granada)	AH. Turismo Tropical (3↙)	250€
N 21	05-14/09/2015	Santa Susana (Barcelona)	H. Mercury (4*)	210€
23	19-28/09/2015	Matalascañas (Huelva)	H. Flamero (3*)	200€
24	20-29/09/2015	Islantilla (Huelva)	H. Confortel Islantilla (4*)	200€
25	21-30/09/2015	Mojácar (Almería)	H. Marina Playa (4*)	210€
26	01-10/10/2015	Oropesa de Mar/Marina D'or (Castellón)	H. Gran Duque (4*)	185€
27	04-13/10/2015	Peñíscola (Castellón)	H. Ágora (4*)	185€
29	19-28/10/2015	Benidorm (Alicante)	H. Dynastic (4*)	220€
31	18-27/11/2015	Benidorm (Alicante)	H. Dynastic (4*)	200€
32	01-10/12/2015	Benidorm (Alicante)	H. Dynastic (4*)	185€

N (Novedad)

ISLAS

TURNO	FECHA	DESTINO	HOTEL	PRECIO
10	07-16/07/2015	Playa de Las Américas (Tenerife)	H. Zentral Center (4*)	325€
15	03-12/08/2015	Playa de Las Américas (Tenerife)	H. Zentral Center (4*)	325€
N-TI 22	06-15/09/2015	Lanzarote (Las Palmas)	H. Tropical Island (4*)	330€
TI 28	19-28/10/2015	Cala Millor (Mallorca)	H. Cala Millor Garden (4*)	290€

N (Novedad) - TI (Todo Incluido)

TERMALISMO

TURNO	FECHA	DESTINO	HOTEL	PRECIO
30	06-17/11/2015	Balneario de Cuntis (Pontevedra)	H. La Virgen (4*)	250€

ESPECIAL COCEMFE*

TURNO	FECHA	DESTINO	HOTEL	PRECIO
TI 08.1	02-11/07/2015	Caleta de Fuste (Fuerteventura)	H. Elba Castillo San Jorge & Antigua (4*)	330€
20.1	01-12/09/2015	Balneario De Archena (Murcia)	H. Levante (4*)	370€*

*En el turno 20.1 el precio del acompañante es 330 euros.

ATENCIÓN: en estos 2 turnos podrá participar cualquier persona, independiente de si ha viajado o va a viajar durante el Programa 2015 (Junio 2015 - Mayo 2016).

TI (Todo Incluido)



GAZPACHO DE AGUACATES

INGREDIENTES

PARA 4 PERSONAS:

3 aguacates maduros, 1 cebolla mediana, 1 vaso de aceite de oliva virgen extra, 1 copa de brandy, 1 litro de caldo de carne, 1 taza de nata líquida, el zumo de un limón, sal y pimienta.

ELABORACIÓN:

Se extrae la pulpa de los aguacates, se rocía con el zumo del limón y se pasa por la batidora. Luego, tras añadirle la taza de nata líquida, se reserva en el frigorífico.

La cebolla se pica muy fino, y se dora en una cazuela puesta al fuego con aceite; cuando este lista, se rocía con unas gotas de brandy y se saltea todo junto. Para finalizar, se añade una taza de caldo y se deja cocer todo a fuego lento durante unos 15 minutos.

Para obtener el gazpacho, se mezcla la crema de aguacates reservada con el caldo y se vuelve a pasar la preparación por la batidora, previamente rectificada de sal y pimienta al gusto.

LACÓN CON GRELOS

INGREDIENTES

PARA 4 PERSONAS:

1 lacón de unos 2 kg abundantes, 6 chorizos, 6-8 patatas, 2-3 manojos de grelos, manteca de cerdo, agua, sal.

ELABORACIÓN:

Si se usa lacón salado, debe de desalarse durante unas 5 o 6 horas en remojo en agua fría. Si está muy salado, el tiempo de remojo debe ampliarse a 1 o 2 días. Algunas recetas tradicionales aconsejan que el lacón, ya terminado su remojo, debe secarse y meterse al horno hasta que se dore un poco su piel. Después se saca y se limpia con un paño.

En una cacerola grande con agua abundante se cuece el lacón durante unas 2 horas, aproximadamente. Ya cocido, se retira y se reserva.



En el agua de cocción, a la que se añade un poco de manteca de cerdo, se cuecen las patatas (peladas y enteras), los grelos (limpios y cortados a mano) y los chorizos. Al final de la cocción se rectifica de sal.

El lacón, troceado, se dispone en el centro de una fuente y, a su alrededor, los chorizos enteros o cortados en dos mitades. En otra fuente, en su centro, se colocan los grelos y, al exterior, haciendo corona, los cachelos (patatas).

FRESÓN AL LIMÓN Y CANELA

INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS:

400 gr de fresones, el zumo de 2 limones, medio vaso de agua, 3 cucharadas de azúcar, canela molida.

ELABORACIÓN:

En una ensaladera honda se pone el agua, el zumo de los dos limones y el azúcar.

Cuando esté todo junto, se remueve bien hasta que el azúcar se haya disuelto.

Los fresones se trocean en pedazos mas grandes o más pequeños, según sea su tamaño, se echan luego en la ensaladera y se remueve muy bien, para que el caldo preparado previamente las empape con su aroma. Así preparados, los fresones se dejan alrededor de una hora en el frigorífico en maceración.



Transcurrido el tiempo, se retiran del frigorífico y se espolvorean de canela molida antes de servirlos.

DIRECTORIO DE ASOCIACIONES FEDERADAS A COCEMFE-ASTURIAS



FRATER
Fraternidad Cristiana de Personas con Discapacidad
 C/ Somiedo, 20 Bajo J. 33012 Oviedo
 Tl 635 537 384 - info@frater-asturias.org



PRÁMARO
Asoc. Prámaro para la Integración de los Discapacitados
 Casa de Cultura. C/ Cerro de la Muralla, s/n. 33820 Grado
 Tl 985 750 841 / 657 138 199 - asociacionpramaro@yahoo.es



UMA
Unión de Discapacitados del Principado de Asturias
 C/ Balmes, 19 bajo. 33204 Gijón.
 Tl 985 360 438 / 134 306 - Fj 985 360 438
 info@umasturias.org - www.umasturias.org



ASNEFI
Asoc. Asturiana de Neurofibromatosis
 Avda. de Roma, 4 Bajo. Despacho Nº 1 - 33011 Oviedo
 Tl 605 357 665
 asnefi@yahoo.es



DIFAC
Discapacitados Físicos de Avilés y Comarca
 C/ Sabino Álvarez Gendín, 26 bajo. 33402 Avilés
 Tl 985 551 501
 difac95@yahoo.es - www.difac.es



AMDAS-LA FONTE
Asoc. de Mujeres Discapacitadas de Asturias
 Ctro. Mpal. La Arena. C/ Canga Argüelles, 16-18. Gijón
 Tl 984 297 444 / 626 178 445
 amdaslafonte@hotmail.com - http://amdaslafonte.com



AADEM
Asoc. Asturiana de Esclerosis Múltiple
 C/ Monte Gamonal, 37 bajo. 33012 Oviedo.
 T/Fj 985 288 039
 aadem@adem.org - www.aadem.org



APTAA
Asoc. para la Promoción del Turismo Adaptado Asturiano
 C/ Vetusta, 26 - Local 2. 33008 Oviedo.
 Tl 629 877 649 / 609 439 768
 aptaa@asturiasadaptada.org - www.asturiasadaptada.org



FQ
Asoc. Asturiana contra la Fibrosis Quística
 Avda. de Roma, 4 bajo. 33011 Oviedo
 Tl 985 964 592
 fq@fqasturias.org - www.fqasturias.org



ADEAPA
Asoc. de Espondilíticos Asturianos
 Hotel Asociaciones COCEMFE Asturias
 Avda. Roma, 4 bajo. Despacho Nº 8. 33011 Oviedo
 T Oviedo] 985 238 755 - T Avilés] 985 541 571 - Fj 985 238 755
 info@adeapa.com - www.adeapa.com



AHEMAS
Asoc. de Hemofilia de Asturias
 Avda. Roma, 4 bajo. Despacho Nº 1. 33011 Oviedo
 T/Fj 985 230 704
 asturiashemofilia@gmail.com



ASOCIACIÓN AS.GU.DI.
 Ctra. Valdepareas - San Juan de Prendónés, s/n
 33476 Valdepareas (El Franco)
 T/Fj 985 637 792 - asgudi@hotmail.com



ASOCIACIÓN PARKINSON ASTURIAS
 C/ Amsterdam, 7 bajo. 33011 Oviedo
 Tl 985 237 531 - Fj 984 081 868
 aparkas@parkinsonasturias.org / aparkas@hotmail.com
 www.parkinsonasturias.org



ASEMPA
Asoc. de Enfermos Musculares del Principado de Asturias
 C/ Severo Ochoa, 53 bajo, 33210 Gijón
 T/Fj 985 165 671
 asemasturias@hotmail.com



ACCU-Asturias
Asoc. Enfermos de Crohn y Colitis Ulcerosa
 Avda. Moreda, 11. 3ª planta. 33212 Gijón
 Tl 985 091 237
 info@accuasturias.org - www.accuasturias.org



APACI
Asoc. de Padres y Amigos de Cardiopatías Congénitas
 Parque Ave Mª, s/n. Centro Social de Otero. 33008 Oviedo
 Tl 984 281 091 / 630 145 659
 apaciacardiopatias@gmail.com - www.apaci.es



ALCER
Asoc. para la Lucha contra las Enfermedades Renales
 C/ Emilio Rodríguez Vigil, s/n 3º. 33006 Oviedo
 T/Fj 985 256 250
 alcerasturias@gmail.com - www.alcer.org



ASOCIACIÓN COREA HUNTINGTON DE ASTURIAS
 C/ La Concordia, 3. 33402 Avilés. (Centro Cívico Cultural Los Canapés)
 Tl 687 481 943 / 653 552 623
 acoreahas@yahoo.es



ELA PRINCIPADO
Asoc. de Esclerosis Lateral Amiotrófica
 Equip. Soc. del Natahoyo. Avda. Moreda, 11. 2ª Planta. 33212 Gijón
 Tl 985 163 311 - Fj 984 190 615
 www.ela-principado.es - elaprincipado@telecable.es



ASOCIACIÓN ASTURIANA DE ATAXIAS "COVADONGA"
 C/ Covadonga, 22. 2º. 33201 Gijón
 Tl 985 097 152
 feramado@telecable.es



CÉBRANO
Asoc. de Afectados por Lesión Cerebral Sobrevenida
 Los Campos del Cotayu, s/n. 33936 Carbayín Alto (Siero)
 T/Fj 985 726 470
 info@cebrano.org - www.cebrano.org



ATHA
Asoc. de Trasplantados Hepáticos de Asturias
 C/ Rodríguez Vigil, s/n 3º. 33006 Oviedo
 Tl 985 233 504 - athasturias@gmail.com



AENFIPA
Asoc. de Enfermos de Fibromialgia y Fatiga Crónica del Principado de Asturias
 Centro Social El Cristo. C/ Burrina, 1 bajo. 33006 Oviedo
 Tl 687 469 175
 info@fibromialgia-asturias.org - www.fibromialgia-asturias.org



ADAMG
Asoc. de Afectados por Miastenia Gravis
 C/ Peñasanta de Enol, 7. 6º D. 33012 Oviedo
 Tl 985 297 551 - Fj 985 280 409
 asociacionmiasteniagravis@hotmail.com



ALAS
Asociación Lúpicos de Asturias
 C/ Instituto, 17 2º A. 33201 Gijón
 Tl 985 172 500 - Fj 985 170 538
 lupusasturias@telefonica.net - www.lupusasturias.org



CHySPA
Asoc. Chiari y Siringomielia del Principado de Asturias
 Hotel Asociaciones COCEMFE Asturias
 Avda. Roma, 4. Despacho Nº 2. 33011 Oviedo
 Tl 628 537 931 - chiariasturias@hotmail.com

SUBSCRIPCIONES Y COLABORACIONES

Tlf. 985 396 855 - comunicacion@cocemfeasturias.es



25 AÑOS NADA MÁS

SERVICIO MUNICIPAL DE PISCINAS

CURSOS DE DISCAPACITADOS FÍSICOS

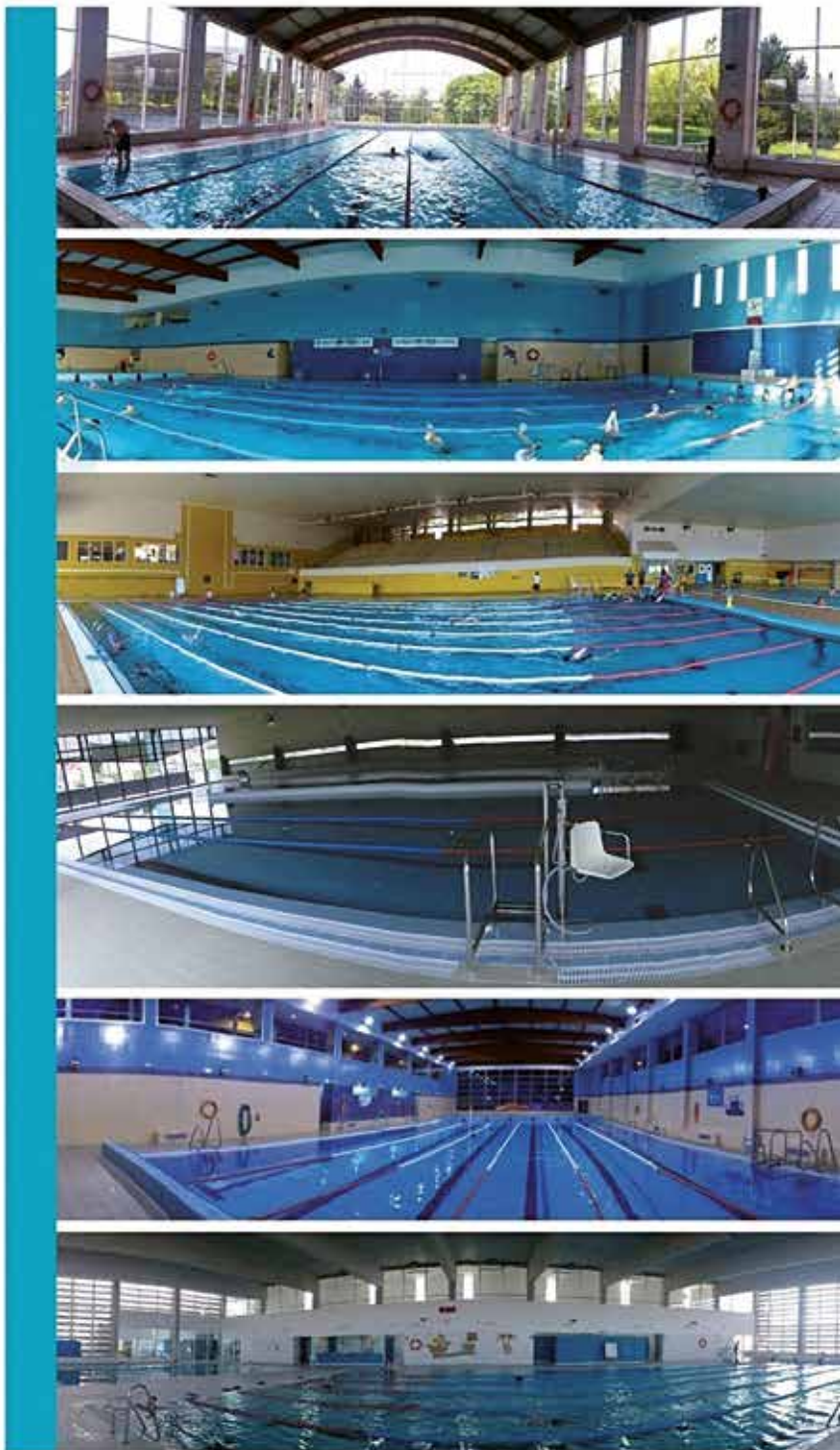
- Complejo Deportivo Moreda-Natahoyo.
- Martes y jueves de octubre a junio.
- Objetivos: adaptación al medio acuático en función de las posibilidades motrices de cada alumno.
- Inscripciones en el Centro de Medicina Deportiva.

Con el patrocinio de:

Liberbank

PISCINAS PARA TODOS

- Accesibilidad desde la calle.
- Vestuarios específicos para discapacitados.
- Sillas hidráulicas para facilitar el acceso al agua.



Aquí nadamos todos



Gijón



Deporte

deporte.gijon.es
Twitter / PDMGijon
Facebook / Gijon Deporte

**¿Tu fibra
es 100% asturiana?**

**Te
multiplicamos
la velocidad.**

Gratis, ¿eh?

AcelerandoAsturias.com



telecable