

LA RESACCA



PRESENTACIÓN BOLETÍN

Querido compañeros, hoy ponemos en marcha esta iniciativa con la esperanza de complementar nuestras actividades cotidianas y hacer más amena la rehabilitación que se hace en esta bendita casa donde se nos acoge y atiende con exquisita profesionalidad y grandes dosis de humanidad, todo ello en un entorno apacible y familiar.

Somos conscientes de las dificultades que nos presenta esta empresa que hoy iniciamos, pero entusiasmo, espíritu y ganas no nos faltan, para poder sortear los obstáculos que encontremos a lo largo del camino. Quizá el más relevante de todo sea nuestra inexperiencia además de nuestras evidentes limitaciones tanto físicas como psíquicas, pero que intentaremos paliar con ilusión y afán de éxito. Para ello esperamos contar con vuestro apoyo y benevolencia. Esperamos no defraudaros.

Aprovechando la primera tirada de este boletín para felicitaros las fiestas de navidad que se acercan.

Nada más, un abrazo para todos y larga vida a "LA RESACCA".

José M^a Carrillo

HOLA!

PRESENTACIÓN DE

ADACCA



ADACCA Cádiz es una asociación de pacientes con daño cerebral adquirido. Cuenta con profesionales, cuidadores, estudiantes de prácticas y voluntarios que están con los usuarios. Allí damos logopedia, fisioterapia, terapia ocupacional, neuropsicología, cognitiva, etc. Se atiende tanto a los usuarios como a las familias.

Una parte de ADACCA es subvencionada por la Junta de Andalucía por la mañana y otra parte es privada en el servicio de tarde.

José Manuel García.



ENTREVISTA A MARÍA DE JUAN.

¿Cómo y cuándo se fundó ADACCA? En 1998 abrí el primer centro privado en Cádiz de rehabilitación al DCA. Me di cuenta de que necesitaba un equipo multidisciplinar y que este tipo de rehabilitación tenía que estar disponible a cualquier familia, independientemente de su status económico, factores que hicieron que modificara en el año 2000 la concepción de privado a asociación.

¿Cuándo conociste a Javier? Se acercó por ADACCA en febrero del 2001 a dejar su CV y proponerse como voluntario. Me puse interesante y le dije que me lo pensaría, pero a los pocos días lo llamé para confirmarle que podía empezar. La siguiente vez que lo vi fue por la viña disfrutado de mujer y confieso me inundaron algunas dudas sobre su incorporación, las cuales se disiparon al poco de conocerlo. A parte de haber sido mi brazo derecho, nos une una estrecha amistad.

¿Cómo ha ido evolucionando ADACCA? Nunca pude imaginar que ADACCA evolucionaría tanto en estos 15 años. Empezamos en un local de 3 despachos en la Alameda Apodaca. Desde entonces nuestra apuesta fue conseguir subvenciones y que las plazas pasaran a ser concertadas por la Junta. Las condiciones arquitectónicas del local no reunían los requisitos y tuvimos que cambiarnos a otro en Pza. de España.

En breve se quedó pequeño, teníamos una lista de espera de más de 15 familias desesperadas por entrar y no había espacio para ellas. Empezamos a reivindicar los derechos de estas familias y a informar a la sociedad y políticos de la necesidad que nos rodeaba. En un pleno de Diputación se nos concede un terreno en los Gallos (Chiclana) para poder construir un centro no solo unidad de día, sino también con plazas residenciales, en total para concertar 120 usuarios.

En 2010, gracias a la colaboración en el alquiler de Ayuntamiento y Diputación, nos trasladamos a otro centro en ZF de Cádiz con 1000 m² y capacidad para 54 plazas concertadas. En este centro, el equipo de la UED se ha multiplicado hasta contar con una plantilla de 40 trabajadores más el añadido de voluntariado y prácticum. Se ha consolidado el programa de menores con DCA y otro programa de rehabilitación ambulatoria por las tardes. En este momento, el centro de los Gallos, está en su última fase de construcción y en poco tiempo podremos trabajar allí. Todo este recorrido, aún con sus dificultades, ha sido posible gracias al esfuerzo de un insuperable equipo y de unas familias entregadas.

¿Cuál es la filosofía de ADACCA? Constituirnos como centro de referencia en la rehabilitación del paciente con DCA y su familia, así como concienciar a la sociedad de las necesidades de este colectivo.

¿Cuándo dejas la dirección de ADACCA? Hace muy poco, en octubre de 2014, aunque ya venía rumiándolo desde hacía más tiempo. Me sentía sin energía para continuar en labores de gestión y ADACCA se merecía savia nueva. En la actualidad, intento dar lo mejor de mí a los usuarios y sus familias, con los que continúo creciendo día a día.

José M^a Carrillo

NOTICIAS

DEPORTES Y DISCAPACIDAD

Los atletas que participan en los Juegos Paralímpicos están agrupados en 10 categorías basadas en los diferentes tipos de discapacidad.

Las imitaciones de la potencia muscular. Las alteraciones de esta categoría tienen en común que la función motora se ve reducida. En esta categoría están incluidos los deportistas que sufren: Paraplegia, cuadraplegia, distrofia muscular, poliometritis, poliometitis, espina bífida, etc.

Para asegurar que la competición sea justa y equilibrada, todos los deportes paralímpicos tienen un sistema de clasificación a través del cual se garantiza que la victoria de un deportista depende exclusivamente de la habilidad, actitud, potencia, resistencia, concentración, etc.

A través de la clasificación se determina que atletas son aptos para competir en un determinado deporte.



Los deportes paralímpicos están divididos en dos categorías: invierno y verano.

- Deportes de invierno: Biatlón, esquí alpino paralímpico, esquí de fondo, hockey sobre hielo, etc.

- Deportes de verano: Atletismo, baloncesto en silla de ruedas, ciclismo, equitación, natación, remo, etc.

Los primeros juegos paralímpicos se organizaron en Roma en 1960. Se organizan cada 4 años después de los JJ.OO.

Desde aquí animaos, porque la gran mayoría de las personas con discapacidad pueden desarrollar algún deporte.

Luis Pérez y Manuel Muñoz

Eduardo González

ITCL Y UBU diseñan pulseras capaces de detectar estrés e ictus.

Se presentarán ambos proyectos en la semana de la ciencia.

En un ejemplo de colaboración entre expertos en discapacidad y desarrollo de hardware y software la Universidad de Burgos (UBU) y el Instituto tecnológico de Castilla y León (ITCL), han llevado a cabo un doble proyecto que busca soluciones para el daño cerebral con una pulsera capaz de medir el estrés y otra detectora de ictus.

La primera es un dispositivo capaz de medir el estrés. Es un dispositivo económico móvil y ligero que mide la conductividad en la piel, la temperatura y el pulso. Es capaz de registrar estas variaciones.

La segunda pulsera se vincula a una de las patologías más severas de nuestro tiempo: el ictus o accidente cerebrovascular, que dejan graves secuelas. Esta pulsera le daría información a quien la lleve de síntomas que las personas ajenas al enfermo puede ver pero que el afectado es incapaz de detectar.

Ramón Bárcena.

DAÑO CEREBRAL Y FINANZAS



Cuando una persona sufre un daño cerebral y tiene una cuenta bancaria existen dos posibilidades:

Que sea cotitular de una cuenta. En este caso, la persona que no ha sufrido el daño dispone de su 50% y el 50% del afectado pasa a ser responsabilidad de su tutor legal.

O que sea titular único de una cuenta. Entonces el afectado no podrá ingresar ni sacar dinero sin su tutor legal.

Pero en ningún caso se eliminaría la titularidad de la cuenta de la persona afectada.

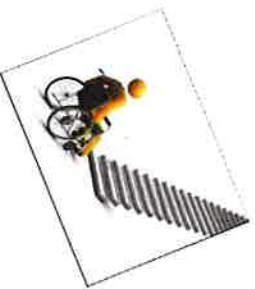
Manolo Rodríguez

BARRERAS ARQUITECTÓNICAS

Somos muchos los que tenemos dificultades para caminar y nos encontramos con muchos obstáculos a la hora de desempeñar cualquier actividad de la vida cotidiana, como ir al banco, al supermercado, al trabajo, etc. Para estas personas la calle no está preparada.

Algunas de las dificultades con las que nos encontramos son, que muchos de los escalones que nos encontramos son muy altos, las aceras son muy estrechas, sobre todo para las sillas de ruedas. A esto se le suma que apenas existen bajadas en las aceras impidiendo cruzar, los semáforos están muy poco tiempo en verde y no nos da tiempo a cruzar con seguridad. Existen muchos accesos a minusválidos sin pasamanos.

Hace falta experimentar lo que se siente cuando con nuestra dificultad te encuentras con estos obstáculos por la calle. Desde aquí le pido a los políticos que espero que no tengan que verse en esta situación para hacer



Vanesa

DÍA DEL DAÑO CEREBRAL ADQUIRIDO

El día 26 de octubre tuvimos el día del Daño Cerebral Adquirido. Estuvimos en la plaza de "San Juan de Dios", allí fuimos todos al Ayuntamiento. El alcalde y la presidenta Manuela leyeron un manifiesto.

El martes, miércoles y el jueves fuimos a los ambulatorios y al hospital "Puerta del Mar" para dar a conocer el daño cerebral y los servicios de ADACCA.

El viernes fueron a la Facultad de Enfermería profesionales y compañeros, allí unos pacientes le mostraron a la gente como eran sus vidas.

Remedios

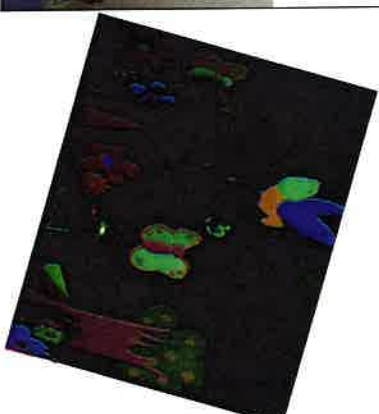
SOCIAL

VISITA A UPAGE



La visita que realizamos parte de los pacientes a UPAGE, resultó muy bien acogida por parte del personal que se encontraba allí y tuvieron la delicadeza de recibirnos.

Allí pudimos ver un zoológico que ellos mismos habían fabricado a tamaño real y un teatro que nos hicieron.



Así que, nada más. Desde aquí quiero mandar un saludo a todos ellos y darles las gracias.

Anabel y Bernardo

INTENTÁNDO VIVIR MI SEGUNDA VIDA "ACARICIÁNDOLA"

Mi vida transcurría con una actividad muy estresada. Por mi forma de ser siempre estaba haciendo cosas. Soy diabético desde hace 25 años y eso me hizo crear la Asociación de Diabetes de Puerto Real, y siempre he estado volcado en ello.

Hacia senderismo, hice el camino de Santiago durante más de 10 años, conferencias, etc. A mi trabajo le dedicaba todas las mañanas, así que todas las horas las tenía ocupadas. Siempre he estado haciendo cosas para los demás, aunque por esto mi familia siempre ha sentido mi ausencia y han sacrificado muchas cosas, sobre todo mi mujer. Gracias a ellos podía hacer todo lo que me proponía.

Hace 5 años mi vida cambió, mi cuerpo recibió un brutal cambio: sufrí un derrame cerebral, mi cuerpo sintió como se paralizaba. Durante más de 2 años estuve sin hablar, sin conocer a nadie, sin poder mover mi brazo y mi pierna derechos. Médicos y familiares lucharon por mi recuperación. Estuve 3 meses ingresado en el hospital. Hace 3 años entré en el centro ADACCA, un centro específico para personas con daño cerebral adquirido donde recibo rehabilitación de logopedas, neuropsicólogos, fisioterapeutas, terapeutas ocupacionales, etc. Mi familia y yo no tenemos palabras para agradecer al centro mi superación. Mi vida ha cambiado: hablo, ando, viajo, voy con bastón y pinto cuadros con mi mano izquierda. Aunque tengo 3 carreras y todo se borró de mi cerebro, hay un boquetito en él por el cual estoy recuperando toda mi historia y todos mis conocimientos. Mi familia lo s todo para mí. Gracias.

Juan Manuel García Candón



TIRA GASTRONÓMICA: "EL BASTINAZO"

Entrevistado: Ignacio Fontanels, 32 años, auxiliar de enfermería.

Establecimiento que recomienda: "El Naca". Especialidad en comida casera. Sito en la plaza de La Pastora, San Fernando.

Sugerencia: Filetito en crema de queso con patatas y carne al toro con patatas.

Atener en cuenta: Parking público, lugar de juegos cercano para los niños y acceso a minusválidos.

Carlos Borrego

ENTREVISTA A EDU: PARACAIDISMO

- *¿En qué consiste el paracaidismo?*
- En abrir el paracaídas cuando estás a mil metros.
- *¿Cómo calculas desde el cielo cuando estás a mil metros?*
- Con un altímetro, que calcula la altura.
- *¿Cómo decidiste que querías saltar?*
- Lo ves y piensas: "yo quiero hacer eso", y lo haces y ya está.
- *¿Qué opinión tenía tu familia de esta afición tuya?*
- Que estoy loco
- *¿Sigues algún ritual antes de saltar?*
- No. Solo hablas con los compañeros y tienes muchas ganas de saltar pronto.



- *Cuando saltas, ¿qué piensas?*
- En nada. Solo en coger a tu compañero.
- *¿Siempre saltas acompañado?*
- También puedes saltar solo, pero es más aburrido. Con los compañeros tienes que hacer puntos y es más divertido.
- *¿Cómo haces para caer dónde quieres?*
- Tú abres el paracaídas y con unos mandos de derecha e izquierda controlas la zona donde vas a caer.

Eduardo González.

ENTRETENIMIENTO

D	A	Ñ	O	F	L	O	F	L	O	F	N	N
Q	G	U	I	F	I	S	I	S	I	O	L	L
L	A	D	A	C	C	A	I	S	O			
E	O	M	E	R	T	C	C	N	G			
G	A	S	O	N	A	G	T	E	O			
O	V	U	T	R	L	H	U	R	P			
L	I	M	E	N	O	T	S	O	E			
P	R	P	L	O	S	A	N	A	D			
E	U	D	E	R	R	A	M	E	I			
S	S	E	M	L	A	H	A	L	A			

- Daño
- ADACCA
- Golpe
- Derrame
- Ictus
- Virus
- Fisio
- Superación
- Logopedia

Pilar Quintín y Ana García

CHISTE

Son dos tontos que van por la calle y roban un coche. Deciden esconder el coche en un garaje hasta que el dueño deje de buscarlo.

Al cabo de un par de días, aparece la policía y los detiene como sospechosos del robo de un vehículo. Ellos se proclaman inocentes constantemente.

En el juicio por falta de pruebas son declarados inocentes y entonces uno de los tontos dice: "entonces ya que soy inocente, ¿me puedo quedar el coche o qué?"



Pepe Vélez y Paco Pérez

CUENTO

Era un hombre peculiar, simpático, amigo de sus amigos, que vivía con su familia. Tenía un buen trabajo y era feliz; no le faltaba de nada, un día sin esperar lo sobrevino un terrible daño cerebral y todo cambió.

No podía moverse solo sin ayuda, no veía bien y tenía la memoria casi perdida. Había perdido lo vivido los últimos 30 años de su vida.

Como todos los días lo recogieron del centro donde iba a ver si mejoraba las secuelas que le habías quedado tanto físicas como mentales tras el daño.

Sabía que había seres queridos que le cuidaban pero confundía su parentesco.

Un día llegó a la casa y lo sentaron como siempre en su butaca orejona de cretona con fondo verde y estampado de flores, le pusieron la televisión para que se entretuviese.

Él sabía que había escrito todos los acontecimientos principales de su vida, sus memorias, las cuales estaban en algún lugar de la casa pues no lo había tirado.

Este día, lo recordó y como no estaba vigilado intentó buscarlo, estaría en cualquier lugar. Miró y no vio nada, se echó al suelo y gateando como un niño como pudo se dirigió a la puerta del pasillo. La trampilla de la buhardilla estaba abierta y la escalera desplegada. Con mucho esfuerzo fue subiendo los peldaños. Una vez arriba pudo ver a duras penas el desván. Tenía un color uniforme, predominaba el gris plomizo en todo lo que había debido al polvo acumulado a lo largo del tiempo. Estaba iluminado por una tenue luz que entraba por un ventanuco del techo a través de una cortina de un color indeterminado media ajada por el sol. Había muchos muebles en desuso de los cuales reconoció entre ellos, a pesar de la funda ya parda que les cubría, el pequeño escritorio al cual se le veían solo sus patas rematadas por un metal ya oxidado, un perchero modernista de pie y dos mecedoras a juego con los asientos vencidos. De uno de los brazos colgaba una Pamela de paja con grandes flores de fieltro en una cinta alrededor, ya pasada de moda. Arrumbados Viejos cuadros con grandes fotografías de sus antepasados y láminas de vírgenes y santos que se ponían en las cabeceras de las camas.

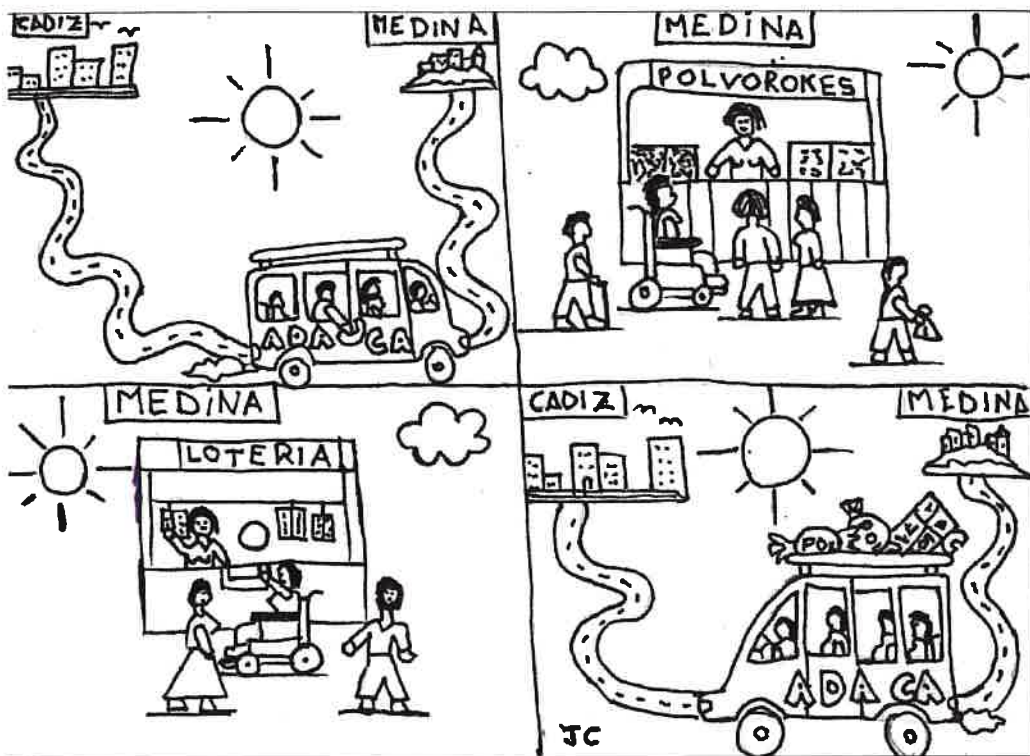
Un pequeño cofre abierto en el centro de la estancia donde estaban los escritos que tanto él buscaba. Alumbrado por un rayo de luz que en aquel momento le entraba por las rajaduras de la cortina, se vislumbraba el pequeño cofre de madera de cedro sin herrajes que tenía solo una cerradura sin llave y dos departamentos, uno para el papel y otro para los útiles de escritura.

Este se dirigió hacia allí y lo cogió. Respaldándose en una caja se lo puso entre sus piernas, y fue sacando los escritos con la intención de leerlos y recordar su pasado, pero no pudo.

Los papeles estaban descoloridos, amarillentos por el paso de los años, pues las letras estaban comidas por el sol. A medida que iba aclarando se iba sacando, sin embargo, eran ya lo que recordaba, los papeles que buscaba eran de los últimos 30 años, que era lo que se había borrado para siempre. Concluyó para siempre que no podría saberlo nunca. Allí quedó sentado en el suelo y llorando con los papeles regados entre sus piernas.

Cuando lo echaron de menos, lo buscaron por toda la casa. Se dieron cuenta de que la trampilla estaba abierta y subieron corriendo; allí estaba sentado en el suelo. Lo bajaron con mucho esfuerzo y lo sentaron en su sillón, le dieron el almuerzo y aquel episodio no lo olvidaría nunca. Continuó así asistiendo a su recuperación con entusiasmo mientras pudo.

Antonio Aragón.



Juan Carlos "Boti"

Agradecimientos

Guille y Carmen Espejo - Mecanografía

Fernando, David y Miriam - Maquetación

Y a cada uno de los participantes por su entrega e interés.

Jose Manuel