

LA RESACCA

Revista trimestral de los usuarios de ADACCA. Año VIII. Edición XXII. MAYO 2022.

YA CUMPLIMOS 22 AÑOS



SUMARIO

AÑORANZAS	Anabel Real	Pg.	3
ADACCA	José Manuel García	Pg.	4
LOS COMIENZOS DE ADACCA	J.A Toro	Pg.	5
LAS RECETAS DE LA TATA Garbanzos con langostinos	Equipo de cocina	Pg.	6
PASATIEMPOS	J.A Toro	Pg.	7
OCURRENCIAS PARA QUIEN SE DIGNA	Ignacio Cabeza	Pg.	8
ADACCA 22 ANIVERSARIO	Karlos Borrego	Pg.	9
MI EXPERIENCIA EN ADACCA	Isaac del Valle	Pg.	10
ENTREVISTA A MARIA DE JUAN	J.A Toro	Pg.	11-12
ORIGENES	Karlos Borrego	Pg.	13

AÑORANZAS

Para nuestra próxima revista, os hablaré del buen ambiente que tenemos aquí al menos actualmente; la pena es que no podemos asistir a ninguna excursión por el dichoso virus que tenemos y no sabemos hasta cuándo durará, pero según se escucha por las televisiones a nivel general y a nivel mundial esto durará mucho tiempo y hace que no podamos asistir a ninguna salida fuera como hacíamos en otras ocasiones; por lo tanto tenemos que permanecer aquí sin ir fuera o quedarnos confinados en nuestras casas esperando que pase todo esto pronto y volver de nuevo a hacer lo que siempre hacíamos ejemplo de ello; ir a la playa de La Caleta, asistir a las excursiones con nuestra furgoneta que siempre se ofrecía para todos esos maravillosos lugares que proponíamos nosotros. Y nada más solamente me queda deciros un saludo para todos de una paciente del Centro llamada Anabel.

Anabel Real



ADACCA

Adacca es mi otra familia aparte de una asociación que busca la mejoría del usuario.

Se fundó en el en el 2000 después de hacer entender a la administración de que aquellos que en su día padecemos un ictus necesitamos una rehabilitación integral.

Pocas personas apostaron por esta asociación que se creó para ofrecer a todas aquellas personas una rehabilitación necesaria para las personas que en su día padecemos un ictus.

Adacca significa para mí una gran oportunidad para poder luchar para que las secuelas se minimicen y lo estoy consiguiendo pero no es fácil puesto que hay que trabajar mucho y duro pero por parte del usuario y de los profesionales que trabajan conmigo.

Bueno lo que a mí me gustaría es que todas las personas tuvieran esa oportunidad por eso pediré que estos centros se extendieran y que todos tuviéramos esa oportunidad.

José Manuel García



LOS COMIENZOS DE ADACCA

Allá por marzo del 2000 arrancó en Cádiz una asociación llamada ADACCA, empezando sus actividades con personas con DCA adultas y sus familias. Las actividades se centran fundamentalmente en tareas de estimulación cognitiva, psicoterapias y terapias de familias.

Al principio se encontraba situada en la Alameda Apodaca en una pequeña sede con sólo dos despachos.

En septiembre de 2006 se traslada a la Plaza de España de Cádiz y en noviembre de 2009 al **Parque Empresarial de Poniente (c/Eslovaquia 1.14 – 11011 -Cádiz)**. Tiene una capacidad de 54 plazas concertadas. Desde 2007 se ha empezado a trabajar también con niños con DCA.

El centro posee *carácter interdisciplinar*, con la colaboración de neuropsicólogos, psicólogos, logopedas, fisioterapeutas, terapeutas ocupacionales, trabajador social, educador social, auxiliares, administración, dirección-gerencia, conductores, ayudantes de conducción, terapeuta de familia y monitor de taller, los cuales hacen que todo funcione a la perfección.

Otro tipo de profesionales:

Voluntariado: son aquellas personas que sin ningún interés económico vienen a desarrollar actividades con nosotros y los usuarios ayudando y dándonos todo lo que pueden para cumplir con nuestros objetivos.

Prácticums: son aquellas personas que estando a punto de terminar su carrera vienen al centro a realizar sus prácticas. Aparte de aprender, ayudan en todo lo que pueden.

José Antonio Toro



Centro rehabilitación para pacientes con Daño Cerebral Adquirido



LAS RECETAS DE LA TATA

GARBANZOS CON LANGOSTINOS (4 personas aprox.)

- 2 pimientos italianos
- 1 cebolla grande
- 1bote de tomate frito
- 2 dientes de ajos
- ½ de langostinos
- 1 bote de garbanzos
- 1 hoja de laurel
- 1 cucharada de pimentón dulce
- Tabasco
- 1 vaso de vino blanco
- Sal y aceite



ELABORACIÓN

Cortar toda la verdura y coger una olla con medio dedo de aceite y esperar a que se caliente; una vez caliente verter en la olla los ajos, la cebolla, los pimientos y los choco; lo sofreímos todo. Mientras sofreímos sin dejar de mover de vez en cuando pelar los langostinos. Las cascaras y las cabezas de los langostinos las echamos en una olla con un litro de agua y lo ponemos en otro fuego para hacer un fumé.

Después de 12 minutos que el sofrito estará hecho, añadir el vaso de vino y dejar que se evapore el alcohol durante 2 minutos, luego añadir el tomate frito (1 vaso) junto al pimentón y tabasco y remover.

Luego añadimos los garbanzos y removemos durante unos minutos 2 o 3 y añadimos el fumé, que teníamos haciéndose en el otro fuego, unos tres vasos siempre podemos añadir fumé si lo necesitamos, pasado 15 minutos añadimos los langostinos y la hierbabuena, esperando 8 minutos a que se hagan los garbanzos con langostinos.

Equipo de cocina de ADACCA

PASATIEMPOS

LOS PITUFOS

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

ABUELO
 AFICIONADO
 ALAQUIMISTA
 APRENDIZ
 ARQUEOLOGO
 ARQUITECTO
 ARRIESGADO
 CAMPESINO
 CARPINTERO
 COCHINON
 COCINERO
 DEBILUCHO

SUDOKU

	9			2	5	6	3	
2				8	1	9		4
				3			1	2
			2		7	3		1
	2	6		1		4		
				6		2		9
	7					1		
							9	
		8	1	9				



Ocurrencias para quien se dIGNA

- Hace unos días mi amigo, que es del tarot, me dijo: “Me voy a echar las cartas”. Claro, yo no sabía si iba a trabajar o si iba al buzón.
- Un cerdo le dice a otro: “Quillo, ¿cuándo te llevaban al matadero?” El otro contesta: “Oink, oink (hoy, hoy)”.
- Le digo a mi madre: “Muchi, ¿qué le echo a este plato? ¿Pimienta?” Ella me contesta: “No. “Salzburro””.
- Sepan ustedes que tengo un compañero en ADACCA que se llama Toro. Pues bien, el otro día estábamos en una plaza con unos cuantos toreros y alguien dijo: “Ahí viene Toro”. Automáticamente los toreros sacaron hasta las banderillas.
- El otro día estaba conmigo mi padre en un bar tomando cerveza. El caso es que entró mi hermano al bar y no nos besó. Acto seguido mi padre le dijo a mi hermano: “Oye, aquí “cer-veza””.
- A uno de los ayudantes de ADACCA se le nombra mucho cuando se estornuda: “Jeeeeeesúúúúús”.
- Formaban un león y un chimpancé un grupo haciendo un trabajo de la escuela de animales. A la hora de distribuirse el trabajo, el león le dijo al chimpancé: “Mono, ¿tú escribes? Yo le-ón”.
- Vi por televisión un programa en el cual se pudo ver cómo encerraban a un chico en una jaula con un tigre. La cosa es que el público empezó a cantar: “Tú lo que tú quieres es que te coma el tigre, que te coma el tigre, que te coma el tigre”.
- A mí particularmente me gusta mucho la ensalada. La cosa es que el otro día tuvimos mis padres y yo un invitado en casa, un amigo de mis padres. Me preguntó: “Igna, ¿a ti cómo te gusta la comida?” Y yo contesté: “Eeeeeeeennnnnnnn-salada”.

Ignacio Cabeza



ADACCA 22 ANIVERSARIO.

Desde que tengo conocimiento de ADACCA en mi caso fue a partir de un ictus y la necesidad de poder seguir mi rehabilitación después de dejar, primero hospital de Jerez, por motivos que creo todos conocemos, y es que una vez pasas el baremo de tratamiento te envían a tu casa para que te busques la vida como bien puedas. Y como todo en esta vida, va a depender de tu limitación económica, si podrás seguir por privado o por alguna asociación sin carácter lucrativo como es el caso de ADACCA.

Este año 2022 ADACCA, cumple 22 años desde su creación. La cual fue puesta en marcha por María de Juan, (neuropsicóloga) y fundadora de ADACCA.

Hasta donde sé y lo que he podido extraer de información durante el periodo que llevo en la misma este año va para 7 años ya, aunque a mí me parece que fue ayer.

Los comienzos de la asociación fueron en una consulta pequeña que María de Juan monta en la alameda Apodaca donde conoce a Javier San-sabas que en principio empieza a colaborar como voluntario para la asociación y además coger experiencia dentro de su profesión, (también Neuropsicólogo) y a fecha de hoy coordinador del centro de Cádiz.

Después de ver la demanda que iba surgiendo y la imposibilidad de ampliar donde comenzaron, se trasladan a un nuevo local en plaza España donde ya tienen unas instalaciones más adecuadas a las necesidades demandadas en ese momento por los casos de DCA (Daño Cerebral Adquirido)

Y de ahí se da un salto cuantitativo y calificativo a ZONA FRANCA (hasta fecha de hoy) dando cobertura a unos 50 mas / menos usuarios diarios facilitándoles rehabilitación integral de la cual doy fe, que todos y cada uno de mis avances han sido gracias a dicha asociación.

Hoy por hoy se ha abierto un centro residencia y unidad de día en Chiclana también llamado ADACCA, el cual se ha puesto en funcionamiento hace poco, dependiendo de si mismo pero sin romper el cordón umbilical con Cádiz.

Si el tema COVID lo permite esperemos poder celebrar alguna fiesta para darle más visibilidad a esta asociación. De la cual me siento muy orgulloso de pertenecer a ella. Con este artículo si fuese posible, cuando sea leído me gustaría que todo aquel que lo lea tenga la visión de que ha sido escrito más desde la emoción y agradecimiento más que desde las ganas de hacer algo bonito.

(ADACCA). Gracias por existir.

Karlos Borrego



MI EXPERIENCIA EN ADACCA

Empecé en ADACCA hace aproximadamente 5 meses.

Y sabía perfectamente dónde estaba. Me explicaron más o menos como iba a ser mi vida, mi día a día aquí. Pero por parte del resto de usuarios sentí una acogida cálida.

Las sesiones que me gustan menos son pintura (no se me da muy bien). En fisioterapia, por el contrario, trabajo y me esfuerzo mucho. En la mayoría de las sesiones estoy muy entretenido (muy contento), con el personal (profesionales) estoy muy contento. De Hecho, cuando no he podido venir durante un tiempo a ADACCA, lo he echado de menos. Con respecto a mi progreso, considero que he mejorado, sobre todo en atención y movilidad. En cuanto a mi familia, ellos también están muy contentos con mi estancia en este centro, además, mi mujer, que es médico, ve progresos en mí.

Me gustaría ahora dirigirme a los profesionales del centro para decirles que estoy muy contento y feliz y que aquí tengo expectativas de mejora, ya que los propios profesionales también me lo hacen saber y espero que no se equivoquen.

Echo de menos tener más sesiones de fisioterapia.

Considero que las instalaciones están adaptadas a mis necesidades.

Isaac Del Valle



ENTREVISTA A MARIA DE JUAN

Pasaremos a hacerle algunas preguntas a nuestra protagonista María de Juan Malpartida Psicóloga Sanitaria. Neuropsicóloga. Fundadora de BIOPS y ADACCA. Con formación en Terapia Sistémica. Psicoterapeuta Gestáltica acreditada por la FEAP. Miembro titular de la AETG.

María ¿Quiénes fueron los padres de la criatura?

Bueno, pues el hermano mayor de ADACCA fue BIOPS, un centro de psicoterapia y de rehabilitación neuropsicológica Bio-Pscico-Social, creado en 1998, donde se atendió durante dos años a familias de pacientes con DCA de Cádiz. Me empujó el neurólogo Dr. Jesús Acosta, al cual le debo la confianza que depositó en mí en esos principios. Por aquel tiempo no había neuropsicólogos que trabajaran en la provincia de Cádiz y en breve nuestras instalaciones se nos hicieron pequeñas. Eso sí, desde el principio conté con un equipo multidisciplinar, que comenzó siendo pequeño, puesto que he tenido las ideas muy claras desde el primer momento en lo referente a ofrecer rehabilitación desde un punto de vista holístico y especializado.

¿Cómo se gestó la idea de montar una asociación?

Sin lugar a dudas, la idea de montar una asociación surge a raíz de que, aun rebajando los precios todo lo posible, estas familias del paciente con DCA tenían que desembolsar grandes cantidades de dinero en rehabilitación y era insufrible. Injusticia que se incrementaba en algunas de ellas que no podían acceder a este tipo de rehabilitación intensiva e interdisciplinar por falta de recursos económicos.

En cuanto se pudo constituir una junta directiva formada por las familias atendidas por aquel entonces, se gestionaron los trámites para convertir a BIOPS en una Asociación sin ánimo de lucro y entonces nació ADACCA. De esta forma, al cambiarnos de local, y convertir a ADACCA en centro de día, nuestros servicios pasaban a formar parte de Asuntos Sociales y ellos se hacían cargo de los gastos, por lo que todos llegamos a sentirnos por fin donde teníamos que estar. Las familias podían ocuparse de formar parte activa de la rehabilitación y despreocuparse de alguna manera del coste económico, que no dejaba de ser una gran carga.

A partir de ahí, ADACCA fue ampliando en profesionales, como Lili, por entonces Logopeda, Rita, Terapeuta Ocupacional, M^a Luz, Fisioterapeuta y muchos más, por supuesto, siempre fijándonos no solo en el curriculum de ellos sino en su parte humana. ADACCA fue creciendo a pasos agigantados, e inimaginables gracias al esfuerzo de todo el equipo y a la confianza de las familias.

¿Quién le puso el nombre de ADACCA? ¿Por qué?

Pues creo que fui yo, a la vez que diseñé el logotipo que hemos llevado hasta hace poco tiempo. No le di demasiadas vueltas al nombre. Asociación de Daño Cerebral de Cádiz (ADACCA), me salió así..

¿Ocupaste algún cargo?

Pues desde el primer día, he ocupado el puesto de dirección, a la vez que ejercía de neuropsicóloga, sobre todo acercándome al lado emocional, más que cognitivo, tanto de las familias como de la persona con DCA. Es el lugar donde siempre he sentido que podía ayudar mejor y donde he focalizado mi formación.

¿Durante cuánto tiempo?

Estos roles de dirección y neuropsicóloga los pude compaginar hasta el año 2014, momento en el que con toda mi sensatez comunico que no estoy preparada para poder gestionar a una Asociación que por entonces tenía un equipo de más de 40 personas, que ofrecía servicios a 54 familias concertadas, a parte del programa de rehabilitación privado, el de a domicilio y el programa de niños. Por este motivo, cada vez se veía más acotada mi faceta de terapeuta, que es mi vocación, donde no paro de formarme día a día, puesto que disfruto y saca de mi lo mejor para poder acompañar y ayudar al otro.

Por lo tanto, tras 14 años al pie del cañón, decido pasar al otro lado y ofrecer mis servicios en atención directa del colectivo con DCA, en los que continúo hasta el 2020, momento en el que solicito un descanso de 3 años, porque la vida es un cambio continuo, para poder ocuparme de otros asuntos.

¿Qué les dirías a los responsables de la política?

No soy amante de la política, ni de un lado ni de otro, aunque en los años que he gestionado ADACCA he conocido a muchos de ellos. Mi intención siempre fue poder mirar a la persona que hay debajo de su traje de político y con muchos de ellos he podido acercarme independientemente de su disfraz, a los cuales les estoy inmensamente agradecida porque sé que se han esforzado en poner su grano de arena en ayudar a nuestro colectivo.

Cuando se trata de poder atender a una familia destrozada por un daño cerebral sobrevenido, sin previo aviso, no hay política que valga. Lo único que le podría decir es que TODOS sean muy conscientes de que en cualquier momento de sus vidas pueden tener un caso de DCA en su familia o allegados y entonces podrán conocer de primera mano las necesidades tan reales que tiene este colectivo. Por lo tanto, que se alejen de ayudar en mayor o menor medida dependiendo del momento electoral en el que nos encontremos o del partido al que representan. Sin duda es una necesidad social muy real y todo lo que se pueda ayudar, de la forma que sea, es bienvenido.

José Antonio Toro



ORIGENES:

Reconozco que este artículo me ha llevado su tiempo buscar el encabezado o el título, pero finalmente no ha quedado mal.

Mi primer despertar después del ictus tuvo lugar en el hospital de Jerez, para más tarde pasar a una rehabilitación intensa antes de la epilepsia que apareció sin avisar y tuve que parar cada vez que tenía un ataque, que con el tiempo, medicación, y relajación de momento está controlado.

Cuando pasé a hacer rehabilitación en la zona que el hospital tiene para la rehabilitación temprana después del ictus, conocí a un equipo formado por varios profesionales de los cuales con algunos sigo manteniendo contacto y con los que no aún me acuerdo de todos ellos (María José, Olga, Patricia, el gallo del corral como el mismo se definía, Paco de Trebujena y el más veterano). Con María José fue una de mis primeras terapias y más constante debido a que en ese momento fue ella la que me cogía habitualmente, hasta que cambió de departamento y empecé a trabajar con Patricia que como dato curioso yo había hecho la celebración de su boda, junto con su marido Manolo. No me percaté de ello hasta que ella me hizo mención de ello y me trajo un porta menú que yo solía imprimir en las celebraciones.

Con Olga fue algo diferente y más cercano puesto que después de que mi terapia terminara en el hospital estuvo invitada con sus hijos y marido en casa una noche de verano y degustamos unas viandas que mi mujer preparó con mucho placer para agradecerle las atenciones recibidas y cercanía hacia nosotros sin apenas habernos conocidos.

Después de aquello también estuvo con sus hijos una tarde de piscina en la cual terminé dando mis primeros pasos, ayudado por ella ante el asombro de mis vecinos y el mío propio, como es lógico ante este tipo de personas cualquier tipo de agradecimiento es poco y se creó una amistad fuera del contexto de terapeuta y mi mujer mantenía a menudo relación por su trabajo (peluquera) y me enviaba saludos de su parte, de hecho nunca he perdido contacto con ellos y más tarde que temprano tenía noticias suyas.

Un día paseando por la playa de Valdelagrana, mi mujer y yo nos cruzamos con Patricia y su marido Manolo y le prometí a Patricia llevarles un número de nuestra revista La Resacca la cual escribimos y editamos en ADACCA.

Dicho y hecho y para muestra una foto que tuvo la amabilidad de hacerse conmigo y que yo he utilizado para escribir este artículo. Y decirle a todo el equipo:

GRACIAS: os llevo en mis recuerdos.

Karlos Borrego





UED Cádiz
Parque Empresarial de Poniente
C/ Eslovaquia 1.14
11011- Cádiz
Teléfono: 956 22 60 70



UED Los Gallos / Residencia Los Gallos
Urb. Los Gallos-Calle Martinete, 9
11130 Chiclana de la Frontera (Cádiz)
Teléfono: 956 22 60 70

<https://www.adacca.es/>

<https://www.facebook.com/AdaccaCadiz/>

https://twitter.com/intent/user?screen_name=Adacca1

https://instagram.com/adaccacadiz?utm_medium=copy_link