Nº125 Julio 2016

AFIM

Revista de Información de Fundación AFIM

Entrevista a Ignacio Moreno:

Beneficios de la terapia con perros

Pág.27

Resumen de las actividades de nuestras delegaciones

Pág.7

Reportaje: La Psoriasis

Tipos y tratamientos

Pág. 33

Agencia de Colocación de Empleo
nº: 9900000520

Sé uno de los afortunados con las Becas Fundación AFIM 4ª Convocatoria

A partir del 1 de agosto del 2015 puedes acceder a una de las becas que Fundación Afim otorga con la participación de la Universidad Rey Juan Carlos, para que puedas realizar los 5 cursos que tú elijas, de entre los más de 100 que dispone la plataforma de formación online en www.formacionsinbarreras.com.

Los cursos que selecciones podrás realizarlos de forma gratuita*. Nuestro objetivo principal es facilitar el acceso a la formación de jóvenes y mayores.

Para España, Latinoamérica e Hispanohablantes

Solicita tu Beca

*Únicamente tendrás que abonar nada más que 35€ (48$) en concepto de gastos de gestión y administración, a excepción de las personas con discpacidad que están exentos de abonar dichos gastos.

Editorial

25º Aniversario de Fundación AFIM... parece que fue ayer

Es una frase muy manida, pero en este caso es cierto. Parece que fue ayer cuando Fundación AFIM comenzó a rodar. Corría el año 1991, cuando un grupo de personas sensibilizadas por la problemática que rodeaba a las personas con discapacidad decidió invertir su tiempo y su esfuerzo en mejorar las condiciones de vida de este colectivo.

Tenían claro que esta mejora pasaba por un pilar fundamental: la formación. Y así, Fundación AFIM comenzó a impartir por toda España cursos de capacitación telefónica o telemarketing completamente gratuitos para los alumnos con discapacidad que asistían a ellos. Innumerables cursos durante años que posibilitaron la incorporación de muchos asistentes al mercado laboral.

Pero el conjunto de actividades no quedó allí. Otros muchos tipos de cursos de formación se añadieron al programa; se otorgaron becas a alumnos universitarios con discapacidad; se abrieron delegaciones en diversas comunidades autónomas que aún permanecen y trabajan para los muchos usuarios que día a día pasan por sus aulas. Se desarrolló durante años el programa FOCON, que combinaba la Formación, el Ocio y la Convivencia.

Entre nuestras actividades también ha habido y sigue habiendo las dedicadas al ocio y tiempo libre. No hay que olvidar el reconocido Programa de Respiro Familiar que Fundación AFIM mantuvo durante años y en el que miles de personas se beneficiaban de él anualmente. Los Encuentros de Vela adaptada y de Buceo adaptado fomentaban el deporte entre un colectivo que en esos tiempo tenía un difícil acceso a este tipo de deportes.

Tampoco hay que olvidar los premios científicos "Guillermo Cabezas" y "Ricardo Hernández", que valoraban la eliminación de barreras arquitectónicas y el fomento de la actividad deportiva entre las personas con discapacidad, respectivamente; y el programa de Ayuda a países en vías de desarrollo o la Ayuda a la Investigación para la prevención de minusvalías, que se realizaba junto a la Fundación1.000 para la investigación de defectos congénitos.

En estas breves líneas, es imposible recoger todas las actividades y proyectos que se han llevado a cabo durante estos 25 años.

Parece que fue ayer. Pero también parece que el mañana se abre ante nosotros de forma ilusionante. Porque estas actividades que ya no se realizan han dado paso a otros muchos programas que se han ajustado a la exigencia de la actualidad.

La formación y la integración laboral para conseguir una efectiva normalización son los dos pilares en los que se sigue sustentando el trabajo de Fundación AFIM. Así lo atestigua la concesión de becas de formación de Fundación AFIM, que ya van por su cuarta convocatoria; las becas de formación para voluntarios o la recién estrenada Agencia de colocación de Fundación AFIM.

Y otras muchas actividades diarias que nos sirven para celebrar con orgullo nuestro 25º Aniversario.

Sumario

- Pág. 2: Sumario y Editorial.
- Pág. 3: Estimulación Cognitiva
- Pág. 6: Nueva Agencia de Colocación de Empleo de Fundación AFIM.
- Pág. 7: Resumen Actividades Fundación AFIM
- Pág. 9: Actualidad Delegación de Málaga.
- Pág. 11: Actualidad Delegación de Murcia.
- Pág. 13: Actualidad Delegación de Salamanca.
- Pág. 17: Actualidad Delegación de Santander.
- Pág. 19: Actualidad Delegación de Valdepeñas.
- Pag. 21: Actualidad Delegación de Valencia.
- Pág. 23: Noticias.
- Pág. 25: Nuevas Becas para Voluntarios.
- Pág. 27: Entrevista a Ignacio Moreno: Los Beneficios de la terapia con perros.
- Pág. 32: Fundación AFIM en Internet.
- Pág. 33: Reportaje: La Psoriasis.
- Pág. 35: Contacto y dirección.

EDITA
FUNDACION AFIM

DIRECTORA
Patricia Lacasa

MAQUETACIóN
David Martin

DEPARTAMENTO DE PUBLICACIONES
CTRA. DE LA CORUÑA,KM. 18,2 1º
28231 LAS ROZAS (MADRID)
TEL. 91 710 58 58
FAX: 91 637 66 49

Las opiniones vertidas en los artículos firmados son responsabilidad exclusiva de sus autores.

Autorizada la reproducción total o parcial citando su procedencia.

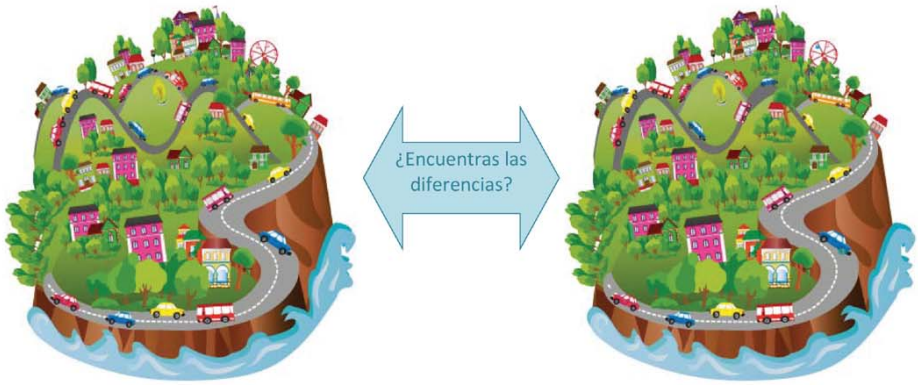
Depósito legal:
M-2810 – 1993
ISSN:1696-781X

Estimulación Cognitiva

www.fundacionafim.org/gabinete

91 710 58 58

Decálogo de instrucciones para el entrenamiento y mejora de la atención



PAUTAS PARA TRABAJAR LA ATENCIÓN

Podría definirse la atención como la habilidad mental de generar y mantener un estado de activación que permite un adecuado procesamiento de la información.

1.-LENGUAJE CONCRETO Preciso, con pocas palabras, adecuándonos al nivel comprensivo de la persona con la que estamos trabajando. Un exceso de lenguaje o explicaciones pueden ser "ruido" o provocar distracción.

2.-CLARIDAD Debemos realizar una correcta explicación de la tarea o actividades que vamos a realizar. La persona con la que trabajamos debe tener muy claro, qué es lo que tiene que hacer.

3.-TRABAJO ESTRUCTURADO Dividido en pequeños objetivos, que se irán consiguiendo poco a poco.

4.-CONSTANCIA En tiempo y en metodología. Debemos ser sistemáticos.

5.-APROVECHAR SUS INTERESES Tener en cuenta las preferencias de la persona con la que trabajamos, favorece la concentración y la atención.

6.-MOTIVACIÓN Presentar las actividades de forma lúdica y divertida, como un juego, hace que estas actividades sean más deseables. Podemos, en ocasiones, convertirlo directamente en un juego, sin perder el objetivo marcado.

7.-ENTORNO DE TRABAJO LIBRE DE ESTÍMULOS Buscar el lugar adecuado, libre de estímulos irrelevantes, que favorezca la concentración. En la mesa sólo el material que se vaya a emplear.

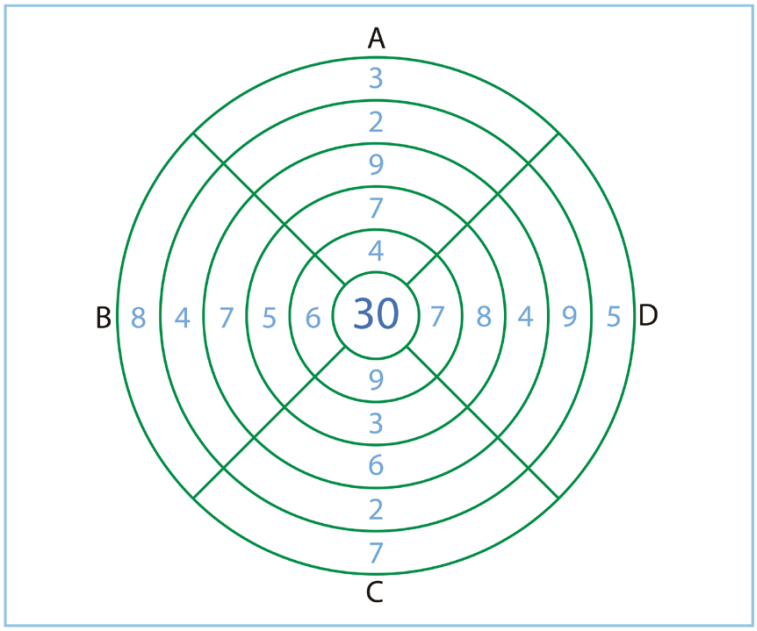
8.-VARIEDAD Pero con ciertos límites. Programar actividades variadas para un mismo objetivo.

9.-PRACTICAR DOS O TRES VECES POR SEMANA No más de 15 o 20 min., no más de 2 fichas o actividades. Si se amplían los bloques de tiempo, con descansos "divertidos", como recompensa, entre actividad y actividad.

10.-MOTIVAR Y REFORZAR Pero no facilitar en exceso la tarea, ayudar sólo cuando sea imprescindible. Podemos aclarar dudas, pero no debemos señalar los errores, mejor facilitar que realice otra vez el proceso para que él mismo tome conciencia de sus errores.

Fichas de ejemplo

Cálculo: sumas



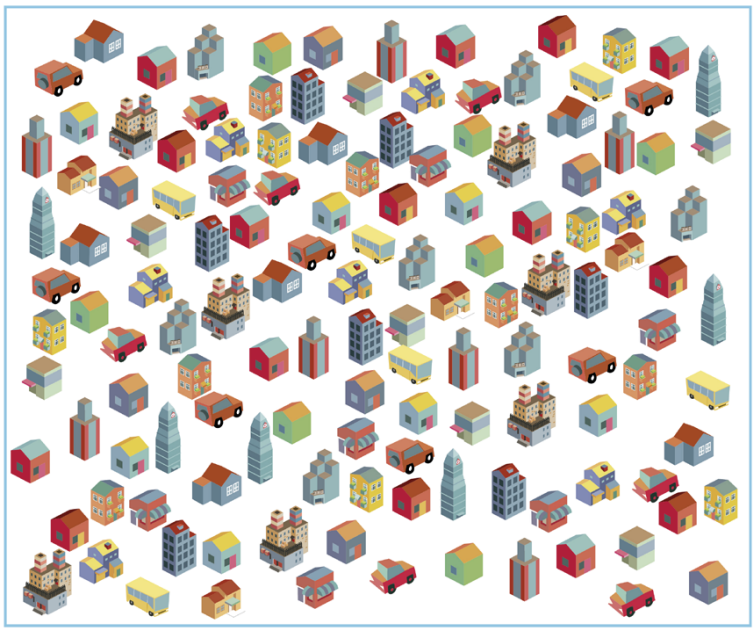
Suma las filas de números, y señala que fila da como resultado el número del centro

La fila es la:
A B C D

© 2013 Fundación Benéfico Asistencial Pura AFIM Todas las marcas están registradas y son propiedad de sus respectivos dueños

Estimulación cognitiva

Atención: El buscador



Busca y tacha todos los iconos como este

© 2013 Fundación Benéfico Asistencial Pura AFIM Todas las marcas están registradas y son propiedad de sus respectivos dueños

Estimulación cognitiva

Fundación AFIM pone en marcha su Agencia de colocación de Empleo

La integración laboral del colectivo de personas con discapacidad siempre ha sido, junto con la formación, el pilar fundamental en el que han basado los objetivos de Fundación AFIM y sus sucesivos programas de actividades desde hace 25 años.

Recientemente, Fundación AFIM ha dado un paso más y ha puesto en marcha una Agencia de colocación on line. Para poder llevarla a cabo, Fundación AFIM fue autorizada el 18 de diciembre de 2015 como Agencia de Colocación por el Ministerio de Empleo y Seguridad Social con el número de identificación 9900000520.

Este servicio es gratuito y extensible tanto para personas con discapacidad que demandan un empleo como para las personas sin discapacidad.

A los servicios de esta Agencia puede accederse a través de la página web de Fundación AFIM, en el apartado Agencia de Colocación, situado en la parte derecha superior o a través de la dirección http://fundacionafim.portalemp.com/ .

Si se trata de un DEMANDANTE DE EMPLEO o de una persona que esté intentando mejorar el actual, puede consultar las ofertas de trabajo que más le interesen de todas las que se publican.
La información proporcionada se incorpora a una base de datos (bolsa de empleo) de usuarios que sirve para seleccionar candidatos a fin de cubrir las ofertas de empleo efectuadas por las empresas que colaboran con la Agencia de colocación y por todas las que solicitan los servicios de Fundación AFIM. Todo ello, de manera gratuita.

Por otra parte, esta Agencia de colocación ofrece información sobre ofertas de trabajo que puedan ajustarse al perfil profesional y, si la persona lo desea, también puede obtener información y orientación sobre acciones formativas que contribuyan a mejorar su empleabilidad.

Si, por el contrario, UNA EMPRESA NECESITA PERSONAL, la Agencia de colocación de Fundación AFIM facilita la búsqueda de currículum de las personas que más se ajusten al perfil que se demanda, así como asesoramiento sobre la contratación laboral y apoyo técnico.

La Agencia de colocación también dispone de otros muchos servicios, como un apartado sobre Becas de formación on line que desarrolla Fundación AFIM; además del Rincón del Emprendedor, donde se ofrecen noticias y otros servicios relacionados con el sector del emprendimiento.

Normativas, Cuadernos, noticias de actualidad relacionadas con el ámbito laboral, etc. son una pequeña muestra de todo lo que ofrece esta nueva Agencia de colocación de Fundación AFIM.

Actividades

Delegaciones

Málaga

Murcia

Salamanca

Santander

Valdepeñas

Valencia

Finalizan en julio los talleres prelaborales de la delegación de Málaga

La delegación de Fundación AFIM de Málaga finaliza, como el resto de las delegaciones, sus actividades habituales que volverán a retomarse cuando finalice el verano. Muchos han sido los talleres prelaborales que se han desarrollado a lo largo de este curso 2015 - 2016 y así nos lo cuenta su delegada Pepi Rando:

TALLER DE PAPEL MACHÉ

En este taller hemos elaborado nuestras famosas muñecas de gitana y de mantilla, así como girasoles. En abril lo dedicamos a realizar el regalo para el día de la madre, que fue un florero con flores del taller de hueveras.

Los chicos estuvieron muy ilusionados y motivados todos los días, ya que el objetivo que era regalar algo elaborado por ellos mismos y eso "les puso las pilas". Trabajaron concienzudamente para llegar en tiempo y hora a la fecha, ya que se tratan de tareas que llevan un tiempo en su realización, secado y pintado para dejarlo completamente listo.

Luego han elaborado otras figuras (caracoles, globos aerostáticos, casitas, búhos y móviles de bailarinas). Las habilidades manuales y de concentración en la elaboración de estas tareas ha ido visiblemente en aumento y los chicos avanzan en múltiples facetas de su desarrollo personal. El apoyo personalizado y la atención social prestada en los talleres siguen siendo muy efectivos.

TALLER DE MUÑECAS DE TRAPO

Este está siendo un taller muy atractivo para todos ya que se inició con las expectativas más bajas de lo que al final se ha logrado. Las tareas del taller son muchas y muy variadas y van desde trasladar los patrones a las telas, corte de esos patrones al relleno de las piezas de las muñecas o animales ya cosidas para darles volumen y forma.

Entretanto otro grupo de chicos se dedican a elaborar el cabello de las muñecas, unos preparan los cabellos lisos para hacer trenzas o coletas, mientras otros rizan la lana para que el cabello pueda tener formas muy distintas. Los bebés con personalización (nombre del niño/a) las muñecas vaqueras, hasta las del columpio son el resultado de un excelente trabajo por el que mucha gente que las tienen en sus manos nos trasladan las felicitaciones por el trabajo que hacen los chicos.

TALLER DE CÁPSULAS DE CAFÉ

En este taller que se elaboran objetos de bisutería y también se han comenzado a elaborar pequeños adornos para el árbol de Navidad, llaveros y pequeños muñecos. Es un taller que requiere cierta habilidad manual y precisión. Tenemos unos cuantos amigos que nos traen las cápsulas del café utilizadas, que lavamos y separamos por colores para su posterior utilización.

TALLER DE FIELTRO

Este taller también es uno de los que más les agrada a todos, especialmente porque su resultado es muy rápido y en la misma mañana se puede finalizar un pequeño detalle (flor, bola, monedero, broche). En estos momentos se están elaborando bolas de distintos tamaños para la elaboración de preciosos collares y broches.

TALLER DE HUEVERAS

Este taller va dirigido a trabajar y reforzar la psicomotricidad fina. Requiere cierta precisión para el corte de las hueveras y para el corte de los pétalos de las flores. También es un taller, como el de papel maché y cápsulas de café, cuya finalidad es el reciclaje de productos desechables. También son los chicos los que nos traen las hueveras y algunos amigos que nos guardan los cartones para reciclar.

Se están elaborando centros de flores, jardineras y margaritas y gerberas individuales.

TALLER DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA.

Esta actividad sigue siendo del agrado de todos los asistentes. Engloba distintas tareas que van desde clases de inglés a la lectoescritura.

Fundamentalmente se trabaja sobre los cuadernos de Estimulación cognitiva de RUBIO, ampliando los contenidos y ajustándolos a las necesidades del grupo. Son aspectos fundamentales de la misma, las técnicas y estrategias que pretenden optimizar la eficacia del funcionamiento de las distintas capacidades y funciones cognitivas (percepción, atención, razonamiento, abstracción, memoria, lenguaje, procesos de orientación y praxias).

Este Taller complementa y facilita la ejecución de las tareas de los talleres restantes que se llevan a cabo en la delegación.

Gran emoción en el campeonato de ping-pong de Málaga

En esta ocasión "no ha habido escapatoria" posible. Después de que el año pasado no se pudiera llevar a cabo el taller de ping pong, los chicos se han puesto firmes y lo han reclamado. "Les gusta mucho esta actividad", comenta Pepi Rando, delegada de Fundación AFIM en Málaga.

Para empezar y ponerse en forma, el taller comenzó con varias jornadas de preparación y práctica, "para coger un buen tono".

A mediados de junio, el campeonato de ping pong se encontraba en la fase de liguillas de eliminación, de las que ya saldrán los que juegan un poco mejor o tienen más habilidades para este deporte.

"Independientemente de los tres primeros premios que entregaremos, todos los participantes serán obsequiados con un pequeño detalle que estamos preparando, pero es sorpresa", comenta la delegada.

Las Jornadas de teatro especial contaron con la participación de Fundación AFIM

Fundación AFIM participó en la Semana de teatro para personas especiales que organizó el centro de El Palmar del Instituto Murciano de Acción Social, el IMAS.

La obra fue mímica, en la que solamente se escuchaban los efectos especiales de fondo. El argumento se basaba en la espera de una serie de personajes que están sentados en la parada de un autobús. Como falta un asiento, se lo van quitando unos a otros con malas artes hasta que llega el autobús y se montan todos en él", explica María José Fernández Marcote, delegada de Fundación AFIM en Murcia. "Todo el atrezo de la obra ha sido confeccionado por los usuarios con materiales reciclados", concluye.

El Centro de Día consigue el tercer premio del concurso sobre la Unión Europea

La Federación de Vecinos de Murcia, junto con El Corte Inglés, organizó un concurso en el que participaron los usuarios del Centro de Día de Fundación AFIM en Murcia, cuyo motivo era celebrar la pertenencia de España a la Unión Europea.

Fundación AFIM presentó una fotografía titulada "La diversidad también está en la UE". María José Férnandez Marcote, delegada de Fundación AFIM en Murcia comenta que los usuarios "recortaron de una cartulina estrellas amarillas, que portaban en la foto. Otro de los usuarios solo sujetaba una cartulina azul como si las estrellas se hubiera salido de la bandera".

En total hubo 60 participantes y Fundación AFIM consiguió el tercer premio, consistente en una mochila.

Los Jabones de Afim

Visita nuestra tienda online
www.losjabonesdeafim.org

Gran éxito de participación en el III Mundialito por la Inclusión de Fundación AFIM

El pasado 3 de junio se celebró el III Mundialito por la Inclusión de Fundación AFIM, un acontecimiento deportivo que supone la culminación de la Liguilla Intercentros de Fútbol sala que llevaba varios meses celebrándose.

Este Mundialito, que se celebró en el campo Vicente del Bosque, es una jornada deportiva, lúdica, de convivencia y de inclusión, ya que participan los equipos que tomaron parte en la Liga Intercentros y otros equipos voluntarios formados por personas sin discapacidad.

Además de los equipos participantes en la liguilla (Insolamis, Aspar la Besana, SLM, FEAFES Salamanca, Ariadna y Fundación AFIM), compitieron los conjuntos de árbitros; toreros, IES Fernando de Rojas; alumnos de la Upsa; monitores; Santa Lucía Seguros; Navega; Apagafuegos y CPRS.

La jornada se inició a las 9:30 horas, con la recepción de los participantes y el photocall. Además, este año Fundación AFIM ha colaborado con el Banco de Alimentos de Salamanca, que tuvo una mesa para la recogida de alimentos.

Fundación AFIM quiere agradecer a sus monitores y voluntarios como a cada uno de los compañeros de las entidades participantes, a los equipos invitados, a los árbitros de Salamanca que además de jugar, han dirigido todos los partidos, la Clínica Corporae con sus fisioterapeutas, atentos a todos los jugadores y que han trabajado duro, a los chicos y a los profesores del IES Fernando de Rojas, por todas las dinámicas y actividades paralelas. Así como al Ayuntamiento de Salamanca que ha patrocinado esta jornada.

Aunque en esta ocasión sea lo de menos, el Mundialito lo ganó el equipo de Toreros, quien recibió su trofeo de manos del concejal de Deportes, Enrique Sánchez-Guijo.

Lo más importante el tiempo compartido, una auténtica fiesta del deporte y el compañerismo. La Fundación Afim ya piensa preparar la cuarta edición del Mundialito para el año 2017, según El digital de Salamanca.

Fundación AFIM Salamanca se suma a los actos de celebración de la Semana Mundial de la Educación

El pasado viernes 29 de abril se celebró en el Colegio San Estanislao de Kostka de Salamanca los actos de celebración de la Semana Mundial de la Educación en los que participaron más de 300 escolares y ocho entidades relacionadas con las personas con discapacidad, entre las que se encontraba Fundación AFIM.

Además de Fundación AFIM también participaron INSOLAMIS, ASPAS, AVIVA, FE Y LUZ, ASPAR-LA BESANA, ASPACE Y ASPRODES, así como los propios alumnos del colegio.
Durante el acto, se leyó el manifiesto para llamar la atención sobre el papel de protección que la escuela y la educación ejercen sobre los niños y niñas.

"La educación nos protege frente a la pobreza, ya que es una herramienta que fortalece las capacidades, que hace a la persona menos vulnerable, más libre y con opciones de participación en su sociedad; la educación protege en contextos de emergencias y conflictos, construye paz y promueve la participación social"

A continuación se realizaron distintos talleres en la que participaron activamente los alumnos de las distintas asociaciones e institutos para concluir juntos con un baile y dar por finalizada la jornada sobre la sensibilización de la educación y llamar la atención a los políticos para que la educación y la financiación de la misma sean protegidas.

Este año, bajo el lema "La Educación nos Protege, Protejamos su Financiación" y en continuidad con el lema por el que se lleva apostando dos años "Por el Derecho a una Educación Inclusiva", la SAME centró su atención en los objetivos pendientes en educación y en el cumplimiento de los compromisos propuestos para garantizar el Derecho a la Educación.

"Desde Salamanca seguiremos luchando por la inclusión y por las personas con necesidades educativas especiales, así como por el compromiso de una educación para todos", explicaban los organizadores. Por todo ello abrimos nuestros paraguas, de forma simbólica, para proteger la Educación de todos los niños y niñas del mundo que no tienen un puesto escolar, dónde poder formarse para el futuro.

Y a pesar de la lluvia...

Somos Capaces.

Conócenos

Es una pena, pero la lluvia fue la protagonista de la jornada. Poco público, que en su mayoría decidió quedarse en su casa debido al inhóspito día con el que el pasado 28 de mayo amaneció la ciudad de Salamanca.

Esa fecha era la prevista para celebrar la feria "Somos Capaces. Conócenos", un encuentro de asociaciones de ayuda mutua y salud que muestra los trabajos que los usuarios realizan durante el año, así como información sobre las actividades que realizan habitualmente. Y la feria se realizó; sin embargo la fuerte lluvia obligó a que esta iniciativa fuera suspendida a las 18:30 horas, ya que las actividades que deberían haberse celebrado a lo largo del día no pudieron realizarse.

Se trató de la cuarta edición de Somos Capaces y por primera vez este encuentro se realizaba en el parque de la Alamedilla (anteriormente el escenario fue la plaza de Anaya), un lugar "mejor para llegar a la población salmantina", en opinión de Yolanda Hernández, presidenta de Somos Capaces, pues la plaza de Anaya también es muy concurrida pero más por turistas. No obstante, este año el agua mantuvo a los salmantinos presos en sus hogares, reduciendo la cifra de personas que la organización estimó se pasaron por este encuentro a un centenar, cuando el pasado encuentro fueron más de 8.000. Todo esto cuando esperaban un lleno, según las expectativas hechas por Yolanda Hernández el día anterior, al ver la concurrencia del parque, según El Norte de Castilla.

La inauguración corrió a cargo de Ana Belén García Carlos, miembro de la Asociación de periodistas ASPE, a la que este año quiso invitar la organización de este encuentro en agradecimiento a toda la prensa salmantina por el gran apoyo en la difusión de las asociaciones que forman parte de Somos Capaces y del resto de entidades de salud y ayuda mutua.
Antes de tomar la decisión de suspender el evento, se reunieron, miembros de la organización que sintieron tener que cancelarlo sobre todo por los colaboradores que tenían preparado todo para actuar y ofrecer sus actividades de forma totalmente altruista.

En las carpas instaladas en la plazuela de la fuente de La Alamedilla estaban presentes las asociaciones: Parkinson, Asanhi, Asenbar, Asahemo, AECC, ALCER, AFA, AFEMC, Turner Salamanca, ACCU, ASPAS, Insolamis, Red de Voluntariado Social, Agencia Municipal del Voluntariado de Salamanca, Aspar La Besana, Asalu, Down Salamanca, ARSA, Esendo, Pyfano, Fundación AFIM, Afibrosal, Asperger, Cocemfe, Asdace, Ariadna y Espondilitis Anquilosante.

La delegación de Fundación AFIM en Salamanca nos enseña su tutorial para aprender a sumar

¿Sabes cuál es la técnica del stop motion?

Nuestros chicos de la delegación de Fundación AFIM en Salamanca se la conocen "al dedillo", pues se han pasado varias semanas practicándola. El resultado ha sido un fabuloso Tutorial para aprender a sumar que han elaborado junto con Verónica.

El stop motion es una técnica de animación que consiste en aparentar el movimiento de objetos estáticos por medio de una serie de imágenes fijas sucesivas.
Y para explicarnos cómo han llegado a editar este vídeo, han elaborado una entrada en su blog No Somos Avestruces en el que lo detallan paso a paso:

1. Dedicaron un día a pensar lo que se les da bien y votaron entre todos.

2. Estuvieron pensando qué es los que tenían que hacer para sumar y escribieron el guión.

3. Después de un montón de tomas falsas, decidieron hacer carteles.

4. Y fotos de esos carteles.

5. Y finalmente, metieron las fotos en ese ordenador.

Aunque lo mejor es que lo compruebes por ti mismo viendo el tutorial y leyendo 'No Somos Avestruces'.

Fundación AFIM participa en el programa “Ocio para todos” del Ayuntamiento de Santander

El pasado 13 de abril, un grupo de 19 personas de la delegación de Fundación AFIM en Santander participó en un excursión a Bárcena Mayor, enmarcada dentro del programa "Ocio para todos" desarrollado por la concejalía de Autonomía Personal del Ayuntamiento de Santander. Así nos relatan nuestros "excursionistas" cómo se desarrolló este día:

Salimos de Santander alrededor de las 9 de la mañana, repartidos en tres vehículos, dos furgonetas y un automóvil. Nos acompañó durante todo el día, el concejal de autonomía personal del Ayuntamiento de Santander, Roberto del Pozo.

Aunque el día era soleado, corría un ligero aire que incitaba al movimiento.
Dentro del pueblo recorrimos calles y plazas, observando las típicas casonas montañesas, geranios en los corredores y mazorcas de maíz colgadas secando al sol. Recordamos al ver los lavaderos, cómo nuestras abuelas lavaban la ropa y se reunían alrededor de la piedra con el objeto de no perderse ningún cotilleo.

Durante el descanso del café, el mesonero nos ofreció la llave de la iglesia "Iglesia de Santa María" para que pudiéramos realizar la visita a nuestro aire, Nos sorprendió por su sencillez y reducidas dimensiones, nos pareció preciosa.
Continuamos nuestro paseo recorriendo el margen del río "Argoza", disfrutando del paraje y el silencio.

Comimos en el pueblo cercano de Ruente, justamente en la zona denominada la Fuentona de Ruente, Lo destacable de esta fuente, es que no es tal fuente sino un río que nace ya con gran fuerza en cuanto a volumen de agua. además tiene la peculiaridad que muy de vez en cuando, deja de manar durante unas horas, reapareciendo posteriormente con la misma fuerza.
No se ha llegado a una explicación satisfactoria para el fenómeno, aunque la tesis más válida podría ser un sistema de sifones que darían lugar a los descensos de caudal. Fruto del extraño comportamiento del caudal han surgido infinidad de historias y leyendas en torno a La Fuentona.

Alguna de ellas ha sido recogida por escritores como Manuel Llano y Juan Sierra Pando. Cuenta la leyenda que en el interior de la gruta vive una anciana que guarda el tesoro de los templarios.

Regresamos a Santander agotados de tanto caminar y respirar aire puro, pero nos encantó el día.

Queremos agradecer al Ayuntamiento de Santander la puesta en marcha del proyecto "Ocio para Todos".

Voluntarios con discapacidad de Fundación AFIM Santander participan en el Proyecto Ríos

Por noveno año consecutivo los chicos y chicas de Fundación AFIM-Cantabria hemos participado en el "Proyecto de Voluntariado en Ríos", una iniciativa de Red Cambera, asociación sin ánimo de lucro creada en 2010, que trabaja con la responsabilidad y el objetivo de la conservación de la naturaleza.

El río inspeccionado es el Saja en el tramo correspondiente a Santa Isabel (Quijas) perteneciente al Ayuntamiento de Puente San Miguel.

Como otros años, nuestra labor ha consistido en examinar el río y contrastar los resultados obtenidos con los de años anteriores para averiguar si nuestro río ha mejorado o, si por el contrario, sigue enfermo. Después de realizar las labores oportunas (medición del caudal, de la temperatura, observación de residuos, análisis de flora y fauna dentro y fuera del río, etc.), los resultados nos han mostrado que nuestro río se encuentra en un estado moderado, es decir, que aunque sigue enfermo se ha notado una leve mejoría. Como datos novedosos de esta inspección de primavera podemos destacar el descubrimiento de culebrillas de agua, sapos y libélulas.

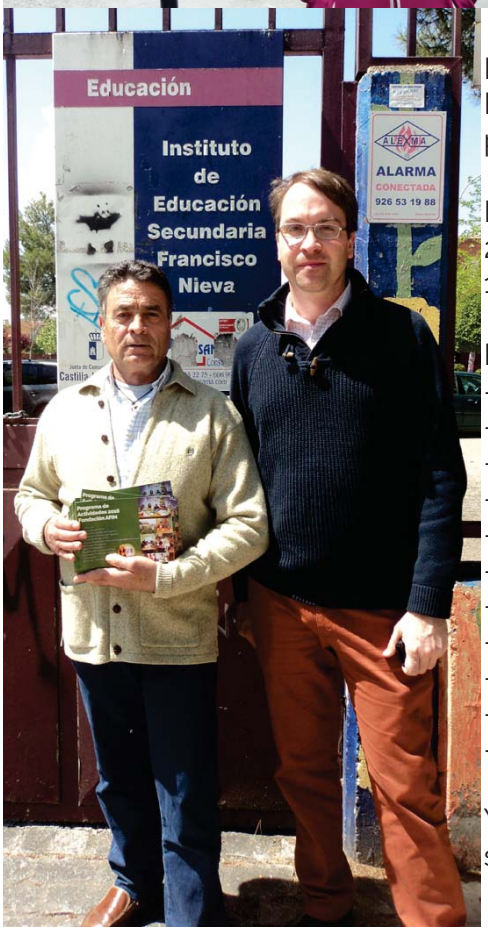
Concluimos diciendo que esta es una actividad que satisface y motiva tanto a alumnos como a monitores, y prueba de ello es que este año ha aumentado el grupo. Con todo ello, esperamos impacientes que el proyecto siga adelante y que llegue lo antes posible la inspección de otoño.

Por María Lucio, psicóloga y monitora de talleres de Fundación AFIM en Cantabria.

Nuevo curso de Conserje en la delegación de Valdepeñas

El pasado 2 de mayo comenzó en la delegación de Fundación AFIM en Valdepeñas un Curso de Conserje que se prolongó hasta el 14 de junio. En este curso participaron un total de ocho alumnos.

Con una duración de 80 horas, "se trata de un curso muy solicitado en nuestra delegación", explica Virginia Espinosa, "puesto que no solo consta de una parte teórica, sino que nuestros alumnos realizan simultáneamente unas prácticas en una serie de centros educativos de la localidad".



Entre ellos, se encuentran el IES Francisco Nieva, el IES Bernardo de Balbuena, el IES Gregorio Prieto y el colegio público M. Juan Alcaide, todos ellos de Valdepeñas.ç

Las clases se desarrollaron de lunes a viernes de 17:00-21:00 horas, la parte teórica y de lunes a viernes de 9:00 a 14:00 horas, la parte práctica.

El contenido del curso fue el siguiente:
- La organización municipal
- Funciones del conserje
- Atención al cliente
- Uso del teléfono, fotocopiadora, fax, etc.
- Uso del e-mail, impresión de documentos
- Apertura, acceso y vigilancia de centros
- Registro de entrada y salida
- Entrega de documentación, archivo y almacenamiento
- Comunicación interna y externa
- Resolución de conflictos, emergencias y evacuación
- Prevención de riesgos laborales conserje.

Y su finalidad es clara: lograr la inserción laboral de las personas que han asistido a estas clases.

Un nuevo curso de capacitación telefónica llega a las aulas de Fundación AFIM

Entre el 14 de abril y el 3 de junio se celebró en la delegación de Valdepeñas un nuevo curso de capacitación telefónica o telemarketing al que han asistido tres alumnos.

Se trata de un curso práctico que ha pretendido enseñar a utilizar profesionalmente el teléfono, conociendo y aprendiendo a utilizar determinados métodos y técnicas así como sabiendo aplicar dichos métodos y técnicas a cada situación particular.

El segundo objetivo fundamental del curso es comprender la importancia del teléfono como transmisor de imagen de empresa, productos, servicios, personal, etc. Para todo ello, se realizó en clase una exposición oral y también se realizaron una serie de prácticos y role-plays.

Los alumnos del taller de fotografía visitan el Jardín Botánico de Valencia

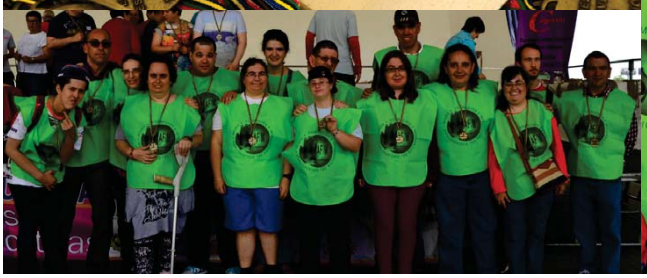
El viernes 20 de mayo, los componentes del grupo de fotografía (con alguna ausencia) estuvieron en el Jardín Botánico de Valencia. La actividad tuvo un doble objetivo: por un lado visitar el emblemático jardín valenciano y por el otro, realizar la actividad práctica complementaria a los contenidos teóricos que se trabajan en el aula del taller de Fotografía.

Así, los chicos y chicas pudieron conocer la historia del jardín Botánico, observar las distintas colecciones botánicas, y apreciar el legado histórico y arquitectónico del jardín que se remonta al siglo XVI cuando la universidad creó un huerto para la enseñanza de la medicina.

Con respecto a la actividad fotográfica, el profesor, Amadeo, pidió a los participantes que intentaran tomar fotografías siguiendo la "regla de los tres tercios" que se había explicado en clase con antelación. Esta regla dice que hay que dividir la imagen en nueve partes iguales utilizando líneas imaginarias e intentar centrar los puntos de atención de la imagen en las intersecciones de esas líneas para logar una imagen estética y equilibrada.

"Todos los participantes han resaltado lo mucho que les gustó el jardín y su asombro ante la cantidad de especies vegetales distintas que contiene. También se han mostrado un poco temerosos de no haber sabido aplicar la teoría en las fotografías que han realizado. Lo veremos en la próxima clase teórica del taller de fotografía", comenta Beatriz Pedrosa, delegada de Fundación AFIM en Valencia.

Fundación AFIM Valencia participó en los actos de la Cloenda de COPAVA



El pasado martes día 24 de Mayo tuvo lugar la Cloenda, nombre con el que se conoce a los actos de clausura de las distintas Ligas deportivas organizadas por COPAVA (Confederación de Centros Ocupacionales de la Comunidad Valenciana).

El acto, que se celebró en la Ciudad de las Artes y las Ciencias de Valencia, contó con la presencia de más de 2.200 asistentes, entre deportistas con diversidad funcional intelectual, monitores, personal de la organización y voluntariado.

Durante esta jornada se realizaron una serie de acciones para premiar la la participación y el esfuerzo de todos los deportistas que disputan a lo largo del año las "ligas" o competiciones de distintos deportes, haciendo una mención especial a aquellos que han quedado en las primeras posiciones de cada una de las disciplinas.

Se entregaron alrededor de 1.800 medallas y 60 trofeos. Aunque, además de los premios "se desarrollaron también distintos talleres deportivos y de entretenimiento y mucha fiesta para todos. No faltó la discomóvil, una batucada, clases de zumba, entre otras cosas", comenta Beatriz Pedrosa, delegada de Fundación AFIM en Valencia.

Los chicos y chicas del grupo de Petanca han competido este año en la Liga. Esta competición de petanca se compone a su vez de tres ligas con distintos niveles de juego adaptados a las capacidades de los deportistas, cada nivel cuenta con una media de 23 equipos y un total de 460 deportistas

"Hemos participado con dos equipos, uno de nivel 2 y otro de nivel 3. El resultado, para ser este nuestro primer año ha sido espectacular: hemos quedado clasificados en el 7º puesto del nivel 3 y el 9º del nivel 2", explica la delegada, quien fue invitada por la organización para participar en la ceremonia de entrega de medallas. Y en su turno de entrega, dio la casualidad de que le tocó repartir las medallas a los chicos de Fundación AFIM. Junto a ella también estaba Monserrat Rams Marín, presidenta de la Coordinadora de Centros Ocupacionales de la Comunidad Valenciana, y otras autoridades. "Para mí son nuestros campeones".

La jornada resultó un auténtico éxito, los chicos lo pasaron muy bien, disfrutaron mucho del día y pudieron compartir unas experiencias muy agradables junto a muchos amigos y conocidos de otras asociaciones y entidades.

"Este curso próximo continuaremos entrenando y mejorando, pero sobre todo, disfrutando y aprendiendo mucho de este deporte", concluye.

Las donaciones de sangre se recuperan con 522 nuevos donantes cada día en 2015

Después de varios años de descenso continuado, el número de donantes de sangre se incrementó el año pasado con la incorporación de más de 190.000 personas, lo que supone 522 nuevos donantes cada día, según datos del "Informe 2015 sobre la Donación de Sangre en España", presentado con motivo del Día Mundial del Donante de Sangre que se celebra el 14 de junio.

Actualmente, España cuenta con 1,9 millones de donantes activos. Por Comunidades Autónomas superan la media nacional de donaciones Extremadura (45;36%), Castilla y León (42,89%) y Asturias (42,28%). El informe también revela que Álava es líder de donaciones con 65 por cada 1.000 habitantes y Burgos con 54. Por encima de los 40 donantes por cada mil habitantes, este estudio destaca a Valladolid, Albacete, Guipúzcoa, Cáceres, Pontevedra, Badajoz, Palencia, Salamanca, Segovia y Granada.

Pese a este importante incremento, los expertos subrayan la necesidad de aumentar estas cifras. Según explicó el presidente de la Federación Española de de Donantes de Sangre, Martín Manceñido, "nos gustaría tener 60.000 nuevos donantes este año e implicar sobre todo a la población joven entre 18 y 35 años por ser las nuevas regeneraciones. En estos momentos, las personas entre 35 y 45 años forman el grueso de la donación". Para obtener estos resultados, se ha puesto en marcha una campaña dirigida a concienciar a los más jóvenes bajo el lema '¿Llevas el ritmo en la sangre? Compártelo' y que patrocina Nexcare 3M.

Los especialistas recordaron que diariamente se salvan 80 vidas en España gracias a las 6.200 transfusiones que se realizan cada día y que también permiten recuperar la salud a otras 375 personas.

La migraña podría estar causada por una deficiencia vitamínica

Alrededor de un 12-16% de la población sufre migraña, tipo de dolor de cabeza muy intenso y altamente discapacitante que, si bien mucho más frecuente en mujeres, sobre todo una vez llegada la menopausia, puede presentarse a cualquier etapa de la vida.

De hecho, el 6% de los adolescentes padece este tipo de cefalea y hasta un 18% de los adultos afectados aseguran haber sufrido su primer episodio cuando aún no habían cumplido los 10 años. Sin embargo, los síntomas de la migraña en la infancia y la adolescencia difieren de los que se presentan en la edad adulta.

Un estudio llevado a cabo por investigadores del Centro Médico Hospitalario Infantil de Cincinnati (EE.UU.) podría haber encontrado una causa de las migrañas en menores y adultos jóvenes –y, quizás, en toda la población. Concretamente, el estudio, presentado en el marco de la 58ª Reunión Científica Anual de la Sociedad Americana de Cefalea (AHS) que se está celebrando en San Diego (EE.UU.), muestra que la gran mayoría de los niños y adolescentes, así como de adultos jóvenes, que padecen migraña presentan niveles bajos de vitamina D, riboflavina –o vitamina B2– y coenzima Q10 –compuesto de naturaleza similar a la de las vitaminas y que juega un papel básico en la generación de energía por las células.

La Comisión Europea lanza la VII Convocatoria de los galardones “Access City Award”

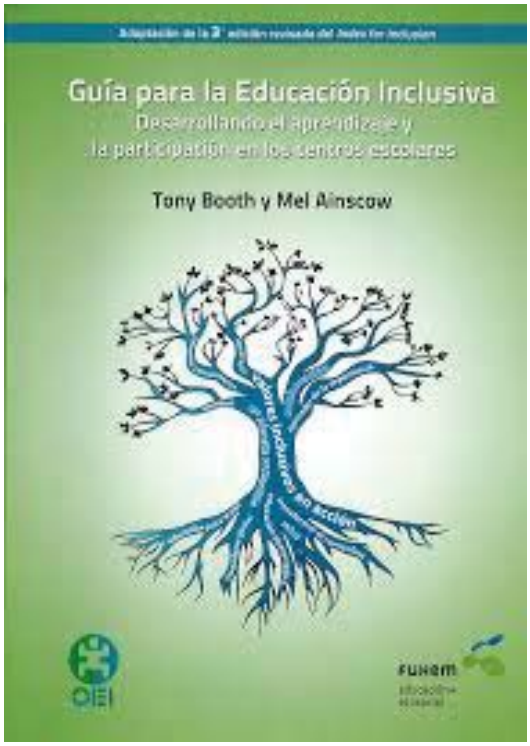
La Comisión Europea ha puesto en marcha la séptima edición de los galardones "Access City Award", que sirven para premiar las estrategias encaminadas a impulsar la accesibilidad universal para las personas con discapacidad y de la tercera edad en Europa.

El plazo para presentar las candidaturas concluye el 8 de septiembre. El responsable de gestionar el jurado en España volverá a ser el Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad (Cermi) y podrán presentarse todas las ciudades que realicen una clara apuesta por la accesibilidad, siempre que tengan más de 50.000 habitantes. Estos galardones constan de una primera fase nacional, y posteriormente las ciudades ganadoras compiten con sus rivales europeas.

La gala de entrega de estos reconocimientos tendrá lugar en Bruselas el 29 de noviembre, y se otorgará un primer, segundo y tercer premio, amén de dos menciones especiales, valorando aspectos como las facilidades para vivir en ellas o poder trabajar.

La DGT coloca “señales inteligentes” en cruces peligrosos

La Dirección General de Tráfico (DGT) ha colocado ya cuatro "señales inteligentes" en intersecciones peligrosas de A Coruña, León, Madrid y Navarra, que avisan con letras y ondas luminosas a los conductores de la cercanía de otro vehículo en un cruce próximo mientras van por una carretera convencional, es decir, de un carril por sentido.
A estas señales se las conoce con el nombre de "sistema de advertencia dinámica en intersecciones", utilizan tecnología V2V (sigla en inglés de "vehículo a vehículo"), son de bajo coste y sirven para advertir al conductor de que se acerca a un cruce peligroso, según informa la DGT en el último número de su revista Tráfico y Seguridad Vial.
"Cuando el sistema detecta la presencia de un vehículo aproximándose al cruce, alerta de esta situación –activándose la señal luminosa- a los vehículos que circulen por el tronco principal –con preferencia de paso- para que puedan conocer con antelación suficiente esta circunstancia, adecuando su velocidad y extremando la atención", explica Jaime Moreno, subdirector de Gestión de la Movilidad de la DGT.
La señal es vertical y lleva un panel con una señal de advertencia de peligro de cruce y los mensajes "vehículo en cruce" y "vehículo en cruzamiento", las cuales se iluminan cuando se produce alguna de estas dos circunstancias.
Para ello, hay unos "detectores de presencia" en el asfalto, que registran con sensores en cuadrículas la aproximación de vehículos al cruce. En ese caso, quien circule por la calzada principal será avisado con un panel luminoso y con ondas de corto alcance.
La DGT ha instalado este sistema en cuatro intersecciones, situadas en el punto kilométrico 56 de la N-VI, situado en el puerto de los Leones (Madrid); el punto kilométrico 399 de la N-VI en León, el 78 en la N-113 (Navarra) y el 676 de la N-634 (A Coruña). Los dos primeros están dentro de tramos de elevada concentración de accidentes. En esos cuatro puntos kilométricos se registraron entre 2012 y 2014 un total de 48 accidentes con víctimas, en los que 3 personas murieron y otras 74 resultaron heridas.



Guía para la educación inclusiva: Desarrollando el aprendizaje y la participación ciudadana en los centros escolares

Autor: Ainscow, Mel; Booth, Tony ... [et al.]
Publicación: Madrid: FUHEM, Servicio de Publicaciones de la OEI, 2015
Desc. física: 198 p.
Serie: Ayuda a la Comunidad Educativa
ISBN / ISSN: 978-84-95801-34-0

Resumen:

La Guía para la Educación Inclusiva es la traducción del Index for Inclusion, un trabajo internacionalmente reconocido y traducido a más de 30 lenguas, de los profesores Mel Aisncow y Tony Booth, de los que este último es el responsable de la revisión que recoge esta tercera edición de la obra, traducida al español por miembros del Consorcio para la Educación Inclusiva.

Con el subtítulo Desarrollando el aprendizaje y la participación en los centros escolares, este trabajo aporta una serie de herramientas que favorecen la reflexión y puesta en práctica de una educación inclusiva, a partir de un conjunto de indicadores, orientaciones y preguntas que pretenden ayudar a la reflexión individual y colectiva de profesores y equipos docentes, para que puedan elaborar un plan con el que avanzar hacia una educación para todos y con todos. La propuesta de este libro es la de una educación que para cumplir estos objetivos debe ser de calidad, sensible a la diversidad de los alumnos, abierta a todos ellos y con una perspectiva intercultural; una educación que reflexiona y actúa sobre los valores, y que subraya la necesidad de incorporar la sostenibilidad, dado que un mundo insostenible no permitirá la vida futura, y ese aspecto crucial ha de estar también en el currículo escolar.
Notas: Traducción y adaptación de Gerardo Echeita, Yolanda Muñoz, Cecilia Simón y Marta Sandoval

Más información

Guía para la educación inclusiva: Desarrollando el aprendizaje y la participación ciudadana en los centros escolares (27,54 Mb) [Documento pdf con fallos de accesibilidad según el programa Adobe Acrobat 9 Pro Extended]

Becas para Voluntarios

Desde el pasado 3 de mayo, ya está en marcha el Programa de Becas para Voluntarios que Fundación AFIM convoca por primera vez. Se trata de un proyecto orientado a facilitar la formación de voluntarios, con la finalidad de que puedan realizar su actividad con mayor eficacia y que los destinatarios de su voluntariado se ven también beneficiados.

Esta beca de formación permite el acceso durante seis meses -contados a partir de la concesión de la beca- a la plataforma www.formacionsinbarreras.com para realizar los tres cursos que haya elegido el voluntario de entre los 10 a los que puede optar.
Las becas de la Fundación cubren el 100% de los costes para la realización de los tres cursos seleccionados.

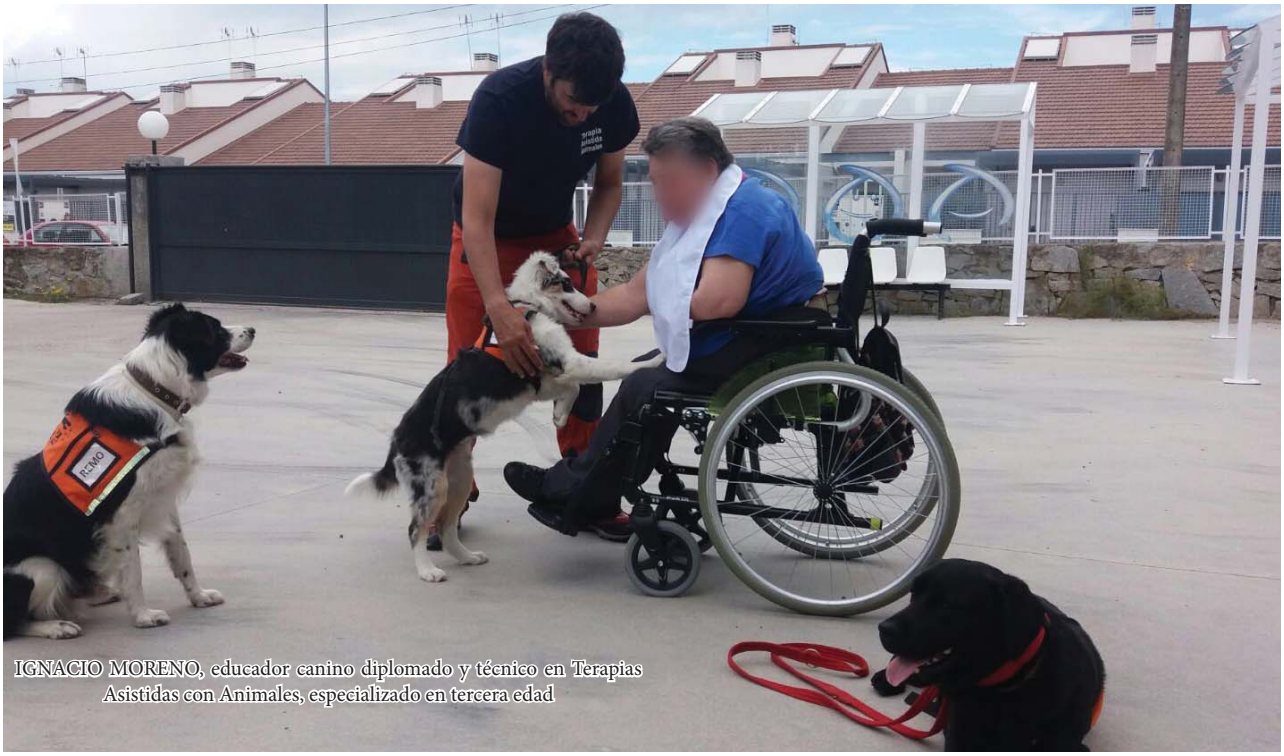
Los pasos para solicitar y optar a la beca son los siguientes:

- Elegir hasta tres cursos para esta convocatoria que más se acerquen a sus intereses, necesidades y aficiones.
- Solicitar la beca a través de la web www.fundacionafim.org/voluntarios.
- Cumplir los requisitos exigidos en las bases de la convocatoria.
- Justificar su pertenencia a una entidad de Interés General en el caso de que le sea requerida.
- Comenzar los cursos en un plazo no superior a 10 días laborables, desde la concesión de la beca.

Las becas están dirigidas a todos los voluntarios que realicen su actividad social en cualquier entidad de interés general como son: Asociaciones, Fundaciones, Protección Civil, Guardia Civil, Bomberos, Bomberos Forestales, Cruz Roja, Médicos sin fronteras, Unicef, etc.

Más información en www.fundacionafim.org y en el correo electrónico becasvoluntarios@fundacionafim.org.

Ignacio Moreno: "¿Beneficios para quién recibe terapia con perros? Yo los veo más felices"



IGNACIO MORENO, educador canino diplomado y técnico en Terapias Asistidas con Animales, especializado en tercera edad

Tiene a Remo, un Border Collie de ocho años, que tiene una gran capacidad para entender a su dueño y hacerse entender; y a Mika, una cachorra de Border Collie, que está comenzando su trabajo de formación. Y es que si IGNACIO MORENO es técnico en terapias asistidas con animales es gracias a que su perro se adaptó muy bien a este trabajo. "Lo disfruta tanto como yo y hace que todo resulte muy fácil. Me aporta mucha seguridad".
También es gratificante ver los resultados de sus terapias. "Ves cómo estas personas mejoran su autoestima, sus relaciones sociales, se sienten más seguros y con menos ansiedad y depresión. Básicamente yo los veo más felices".
Trabaja en Tic Tac, Terapias, Intervenciones y Actividades Caninas, dedicada a las personas con diversidad funcional. Su objetivo: mejorar la calidad de vida de las personas en riesgo de exclusión social con ayuda de los perros.

¿Qué diferencias hay entre un perro de asistencia y uno de terapia?

La principal es que los perros de terapia forman parte de un equipo de trabajo junto a un profesional de la salud y un técnico en terapias asistidas con animales, donde se realiza un trabajo programado y con unos objetivos determinados para cada sesión. El perro realiza una labor de coterapeuta .
En cambio los perros de Asistencia están adiestrados para realizar una labor determinada dependiendo de la necesidad del usuario conviviendo con él las 24 horas.

¿Qué características han de reunir estos perros?

La principal característica es que sean perros muy bien socializados con personas que disfruten interactuando con ellas, sin mostrar miedos ni actitudes descontroladas. Son perros que necesitan mucho trabajo de formación en este sentido y en una obediencia básica para poder

guiar al perro durante la sesiones para facilitar el trabajo terapéutico, en el caso de perros de terapia.

¿Hay razas más apropiadas que otras?

Dependiendo del trabajo que necesitemos realizar recurriremos a un tipo de perro Sí es cierto que existen razas con las que es más fácil y fiable trabajar, pero yo tengo compañeros con perros cruzados o "mestizos" que hacen su trabajo a la perfección.

Al hablar de perros de asistencia, casi todos nos referimos a perros guías para personas ciegas, pero hay otros muchos más...
Sí, los más conocidos son los perros guía que ayudan a personas con discapacidad visual, pero también están los Perros de servicio, que ayudan a personas con discapacidad física a encender y apagar luces, abrir cajones y puertas, desvestirse, por ejemplo.
Los Perros de Trastorno de Espectro Autista (TEA) hacen muy buena labor fomentando la integración social y estimulando el lenguaje y algunos también actúan como perro ancla impidiendo fugas del niño.
También existen los Perros Señal para personas con discapacidad auditiva, que son adiestrados para identificar diferentes sonidos y alertar al usuario o los Perros de Alerta Médica para personas con epilepsia y diabéticos que detectan cuándo puede surgir una crisis. Lo hacen por los cambios de olor y nos avisan de ello.

¿Qué colectivos son los que pueden beneficiarse de una terapia con perros?

En mi opinión, el trabajo con perros de terapia beneficia a todos los colectivos con o sin discapacidad, ya que también se obtienen muy buenos resultados en otros ámbitos como las prisiones, juzgados, familias desestructuradas, fracaso escolar, etc.

¿Podrías describirnos cómo es una sesión con perros de terapia con personas con discapacidad? ¿qué tipo de actividades realizáis con ellos? ¿Cómo difiere una sesión de otra a medida que van avanzando?

Lo primero, antes de empezar las sesiones como tal, hacemos una fase de socialización donde habituamos a los perros a las instalaciones, los usuarios y los trabajadores de centro. Después, dependiendo del usuario, el profesional de la salud establece unos objetivos según a quién se dirija la terapia. Por poner algún ejemplo, en casos de movilidad reducida o discapacidad sensorial se programan sesiones donde el perro actúa como motivador y estímulo sensorial pudiendo desde dar un paseo por el gimnasio, realizar puzles o actividades cotidianas que implican dificultades.
En muchas de mis sesiones yo utilizo un peto interactivo que tiene diferentes colores texturas y varios bolsillos con diferentes formas de abrirlos, lo que me permite que el perro sea el centro de atención y disfrazar en cierta forma el trabajo de terapia con juegos o actividades .
A medida que se va avanzando en las sesiones el vínculo con el perro es mayor por lo que se crean estados de ánimo positivos con la expectativa de volver a trabajar con el perro, lo que nos permite aumentar la exigencia en el trabajo.

¿Qué beneficios aporta este tipo de terapia?

Algo que notamos mucho en los usuarios según avanzamos en las terapias es un aumento en la empatía, autoestima y que les ayuda mucho en las relaciones sociales, dándole mayor seguridad en sí mismo y en el sentimiento de sentirse útil. Reduce la ansiedad y la depresión, disminuyendo la agresividad, hiperactividad y las reacciones impulsivas.
Físicamente está comprobado que disminuye el estrés la tensión arterial y la frecuencia cardíaca a la vez que estimula los sentidos y la actividad neuronal. Básicamente yo los veo más felices.

¿Ha habido algún hecho en concreto que te haya impactado o emocionado durante alguna terapia?

Algo que a mí me sigue emocionando es ver los primeros contactos con el perro y que en pocas sesiones, incluso a veces en la primera, conseguimos que la persona que está en la terapia realice alguna actividad que por diversos motivos no realizaba, con la total sorpresa por parte del los técnicos o familiares.
En una ocasión acudimos a un colegio de Educación Especial donde conocimos a una niña con problemas de espasticidad, es decir, sus músculos permanecen tensos y rígidos. Los fisioterapeutas llevaban tiempo trabajando con ella ejercicios para conseguir que relajase las extremidades sin conseguir prácticamente nada y en cuanto Remo se tumbó a su lado en el suelo mirándola y le colocamos las manos encima, las abría y cerraba masajeando la cabeza del perro, con gran asombro por parte de las tutoras.
Nos encontramos muchos casos de personas con movilidad reducida que se encuentran en situación de aislamiento voluntario ya que todo les cuesta mucho esfuerzo y tampoco quieren aceptar su situación. Conseguimos redirigir la situación solamente con la interacción del perro, ya que no es lo mismo que el fisioterapeuta le "obligue" en cierta forma a realizar paseos por el gimnasio a que se le proponga que participe en el cuidado del perro, levantándose para ponerle agua, comida, darle un paseo o participar en un juego haciendo equipo con el coterapeuta canino.

Trabajas en TIC TAC, Terapias, Intervenciones y Actividades Caninas. ¿Cómo surge esta iniciativa?

En TIC TAC trabajamos con personas con diversidad funcional, tuteladas por Fundiscap que pertenece a la Fundación Apascovi de Collado Villalba (Madrid).
TIC TAC surge ante la iniciativa de un grupo de personas cuya dedicación es la Integración Social de las personas con Diversidad Funcional. Nuestro objetivo principal es mejorar la calidad de vida de las personas en riesgo de exclusión social con ayuda de los perros. Por tanto, nace

como una necesidad de vincular una vocación de más de 20 años y la pasión por los perros de los componentes de esta asociación.

En breve comenzamos un nuevo programa para un aula con niños con Trastorno del Espectro Autista (TEA) en un Colegio de Collado Villalba. Actualmente estamos funcionando como empresa social y empezamos con los trámites pertinentes para constituir Tic Tac como Asociación sin ánimo de lucro. Nuestra sede se encuentra en Guadarrama, Madrid, y el equipo lo forman una integradora social con más de 20 años de experiencia, técnicos en Terapias Asistidas con Animales, educadores caninos y también una logopeda, con más de nueve años de experiencia con el colectivo de Diversidad Funcional que también es intérprete de Lengua de Signos.

Contacto y más información:

TIC TAC, Terapias, Intervenciones y Actividades Caninas
www.tictacterapias.es
Facebook: Tic Tac Terapias con Perros
Twitter: @TicTacTerapias

Agradecimientos

La Fundación AFIM agradece a la serie de medios de comunicación y otras empresas que a continuación se detallan la gran labor que a favor de esta Fundación están haciendo en la difusión y celebración de sus actividades y programas.

ABC
ACE EUROPEAN SEGUROS
ADVALDEPEÑAS
AGENCIA EFE
ASISA
AYUNTAMIENTO DE VALDEPEÑAS
BODEGA FÉLIX SOLÍS, SA (Valdepeñas)
BOLETÍN AL DÍA
CADENA SER VALDEPEÑAS
CAJA LABORAL (Salamanca)
CAJA MURCIA
CAJA NAVARRA
CAJA RURAL (Ciudad Real)
CANAL SUR TV
CARBUROS METÁLICOS
CATERGEST
COPE MURCIA
COPE SALAMANCA
COPE SANTANDER
COPE VALLADOLID
COPE ZARAGOZA
CORDOBA
CRUZ ROJA ESPAÑOLA EN VALDEPEÑAS
DELL COMPUTER CORPORATION
DGRATIS SALAMANCA
DIARIO DE BURGOS
DIARIO DE CADIZ
DIARIO DE JEREZ
DIARIO DE LEON
DIARIO DE SORIA
DIARIO JAEN
DIARIO LA RIOJA
DIARIO SUR
EL ADELANTO
EL CORTE INGLÉS
EL DIA DE TOLEDO
EL DIARIO MONTAÑES
EL MUNDO
EL MUNDO DE VALLADOLID
EL NORTE DE CASTILLA
EL TRAJIN
FUNDACIÓN CUADERNOS RUBIO
FUNDACIÓN LA CAIXA
FUNDACIÓN ONCE
FUNDACIÓN PRYCONSA
FUNDACIÓN REDEVCO
FUNDACIÓN VODAFONE ESPAÑA
LA GACETA REGIONAL
LA NOTICIA DEL HENARES
LA OPINIÓN (Murcia y Cartagena)
LA TRIBUNA DE SALAMANCA
LA VERDAD
LABORATORIO DE ANALISIS GONZÁLEZ LÓPEZ
LANZA
LAS PROVINCIAS
MEDITERRANEO
OBRA SOCIAL LA CAIXA
ONDA CERO CIUDAD REAL
ONDA CERO MADRID
ONDA CERO MURCIA
ONDA CERO SALAMANCA
ONDA CERO SANTANDER
ONDA CERO TOLEDO
ONDA CERO VALDEPEÑAS
ONDA CERO VALLADOLID
ONDA REGIONAL DE MURCIA
OTTO BOCK IBERICA
POPULAR TV VALDEPEÑAS
PREVISORA BILBAINA SEGUROS
RADIO CIERZO
RADIO NACIONAL DE ESPAÑA
RADIO SALAMANCA
RADIO SURCO
RADIO VALLADOLID
REAL VALLADOLID S.A. DEPORTIVA
SALONES NUEVO REAL (Valdepeñas)
SANTA LUCÍA SEGUROS
SIETE DIAS
TELEMADRID
TELEMADRID RADIO
TELEVISIÓN LA MANCHA
TELEVISION MURCIANA
TELE TOLEDO
TVE CANTABRIA
TVE CASTILLA Y LEON
TVE GALICIA
TVE REGIÓN DE MURCIA
UNED de Valdepeñas

Página web

www.fundacionafim.org

Blogs

¡Que Viva la Banda!

No somos avestruces

Redes Sociales

Página Fundación AFIM

@FundacionAfim

www.youtube.com/user/FundacionAfim1

¡Anímate y síguenos!

LA PSORIASIS: TIPOS Y TRATAMIENTOS

La psoriasis es una enfermedad inflamatoria de la piel y, ocasionalmente, de las articulaciones, que sigue un curso crónico, con exacerbaciones y remisiones, sin ser contagiosa.
La psoriasis afecta a alrededor del 2% de la población y suele aparecer entre los 15 y 35 años, aunque también afecta a niños y a personas mayores.
La enfermedad no es hereditaria, pero hay una predisposición genética para padecerla, y un tercio de los afectados tiene familiares directos con psoriasis. Se sabe que, además de esta predisposición, son necesarios otros factores desencadenantes.
La psoriasis comienza en el sistema inmune, principalmente en unas células de la sangre llamadas linfocitos T. Todos tenemos linfocitos T que nos ayudan a proteger el cuerpo contra infecciones y enfermedades. En la psoriasis, los linfocitos T se activan indebidamente y desencadenan muchas respuestas celulares; entre ellas, la proliferación y dilatación de los vasos sanguíneos de la piel, lo que se manifiesta en el color rojo de las lesiones. También desencadenan una proliferación de las células de la epidermis, los llamados queratinocitos.
Normalmente, el proceso de recambio celular de la epidermis es de 30 días, pero en las personas con psoriasis dura aproximadamente 4 días, lo que genera la acumulación de células en la capa córnea, y se manifiesta en forma de placas de escamas blanquecinas y descamación exagerada.
Las lesiones en la piel son rojas y abultadas, y están cubiertas de escamas blanquecinas brillantes que se desprenden fácilmente. Las lesiones pueden picar, doler y a veces se agrietan y sangran. En la piel, las zonas que más se afectan son los codos, las rodillas, el cuero cabelludo y la región sacra, aunque puede afectar a cualquier otra parte del cuerpo. La afectación del cuero cabelludo y de las uñas es típica. En algunas personas puede provocar también la inflamación de algunas articulaciones (artritis psoriásica).

TIPOS DE PSORIASIS

Aunque se trate de la misma enfermedad, la psoriasis puede presentarse de distintas formas clínicas que pueden aparecer de forma aislada o coincidir varias en una misma persona.

Psoriasis en placas. Es la forma más frecuente y se caracteriza por placas rojas bien delimitadas que pueden medir desde pocos milímetros hasta varios centímetros de diámetro. Si las placas cubren mucha superficie corporal, se habla de psoriasis generalizada. Por lo general, las placas se localizan en las rodillas, los codos y la zona sacra, aunque pueden aparecer en cualquier otra parte del cuerpo.

Psoriasis en las palmas y las plantas. Esta forma de psoriasis se caracteriza por placas muy secas e hiperqueratósicas y puede interferir mucho en el trabajo y en la vida personal, porque la piel suele agrietarse, sangrar y doler. La afectación plantar incluso puede ocasionar problemas de movilidad. Si no hay otras lesiones típicas de psoriasis en otras partes del cuerpo, puede ser difícil diagnosticarla, ya que se parece mucho a un eccema crónico. El tratamiento de esta forma de psoriasis es complejo.

Psoriasis en el cuero cabelludo. La afectación del cuero cabelludo es muy frecuente. Puede acompañar cualquier forma de psoriasis, incluso puede ser la forma de inicio o la única localización de la enfermedad. Se presenta en forma de descamación seca muy adherida (caspa gruesa) sobre una zona roja del cuero cabelludo.

Psoriasis en las uñas. La afectación ungueal es muy variable: algunos pacientes no la tienen, otros tienen pequeños «puntos» en las uñas, parecidas a las marcas de un dedal, algunos tienen engrosamiento y deformación de la uñas, y otros manchas amarillas que corresponden al despegamiento de la uña de su lecho.

Psoriasis en la cara. Es poco frecuente, pero cuando ocurre interfiere mucho en la vida personal y profesional. La piel de la cara es más delicada y difícil de tratar que otras zonas del cuerpo, así que hay que tener cuidado con la mayoría de los tratamientos tópicos, ya que éstos pueden producir irritación u otros efectos secundarios. Cuando la psoriasis afecta la cara, puede confundirse también con la dermatitis seborreica.

Psoriasis en los pliegues. También llamada psoriasis invertida. Las placas suelen ser más rojas y menos descamativas. Puede afectar cualquier pliegue cutáneo (axilas, ingles, debajo de los pechos, entre las nalgas, etc.). Es una forma muy incómoda y puede ser dolorosa e invalidante si se producen fisuras en el fondo de los pliegues. Es de difícil tratamiento con los medicamentos tópicos por la irritación que pueden producir y porque los corticosteroides tópicos deben usarse con limitaciones en esta localización.

Psoriasis en gotas. Recibe esta denominación porque las lesiones son pequeñas, menores de 2 cm, numerosas y distribuidas de forma irregular por todo el cuerpo, como una salpicadura. Es más frecuente en niños y jóvenes. Suele aparecer tras una infección por estreptococos (bacterias), generalmente una faringe-amigdalitis. Responde muy bien al tratamiento tópico y a la fototerapia, incluso puede desaparecer espontáneamente. En algunos casos se transforma en psoriasis en placas. Los brotes pueden repetirse cada vez que se padece anginas.

Psoriasis eritrodérmica. Recibe esta denominación cuando las lesiones afectan casi toda la superficie cutánea. La piel se encuentra muy roja, caliente y se descama de forma abundante. Es una forma grave de psoriasis que suele requerir ingreso hospitalario, pero afortunadamente es muy poco frecuente.

Psoriasis pustulosa. Es una complicación grave y poco habitual, en la que aparecen pústulas estériles (granos de pus no infecciosos) sobre las placas. Hay una forma localizada normalmente en manos y en pies, y otra generalizada. La generalizada, muy poco frecuente, también es grave y suele requerir ingreso hospitalario.

TRATAMIENTOS

Los tratamientos para la psoriasis pueden hacer desaparecer las lesiones u ocasionar una gran mejoría, pero no existe un tratamiento que logre una curación definitiva.
El objetivo del tratamiento es librar la piel de lesiones durante un periodo lo más largo posible, lo que se llama «blanquear, limpiar o aclarar las lesiones», o conseguir su remisión. Los medicamentos para la psoriasis lo consiguen reduciendo la inflamación y frenando la proliferación de los queratinocitos de la epidermis.
El tipo de tratamiento depende de la gravedad de la enfermedad, el estilo de vida de la persona, las enfermedades que tenga, su edad y sus preferencias.
El dermatólogo puede aconsejar medicamentos para aplicar en la piel, es decir, terapéutica tópica. También puede recomendar la exposición a la luz ultravioleta (fototerapia) y, finalmente, para la psoriasis más intensa puede aconsejar medicamentos orales, subcutáneos, intramusculares o intravenosos (tratamientos sistémicos). Todas estas modalidades terapéuticas pueden administrarse solas o combinadas.
Por lo general, si la afectación es leve o moderada, se inicia con un tratamiento tópico. Si los tratamientos tópicos no son efectivos o la gravedad del caso lo requiere, se pasa a la fototerapia o al tratamiento sistémico. El criterio es usar primero los tratamientos con menos efectos secundarios y sólo pasar a otros más agresivos si los primeros fracasan.
Existe un amplio abanico de tratamientos. Aunque todos los tratamientos de la psoriasis son efectivos para mucha gente, ninguno lo es para todo el mundo, ya que la respuesta a cada tratamiento varía de una a otra persona. En ocasiones, la psoriasis se hace resistente a un tratamiento, que deja de ser efectivo, y por lo tanto debe cambiarse por otro. A veces, se dan remisiones espontáneas. Por todo ello, es muy importante la personalización del tratamiento.

Fuente: Acción Psoriasis

Contacto y Dirección

Oficinas Centrales / Madrid
TFNO: 91.710.58.58
CTRA. DE LA CORUÑA,KM. 18,2 1º 28231 LAS ROZAS (MADRID)
administracion@fundacionafim.org

C.A. de Andalucía
MALAGA: JOSEFA RANDO. TFNO: 95.265.79.46
Los Negros, 3, bajo. 29013 Málaga
afimmalaga@fundacionafim.org

C.A. de Cantabria:
SANTANDER: VERÓNICA ROBLEDO. TFNO: 942.23.70.53
Burgos, 11, Edif. Crisol, 8ª, Of. 1. 39008 Santander
afimsantander@fundacionafim.org

C.A. de Castilla-La Mancha
VALDEPEÑAS: VIRGINIA ESPINOSA. TFNO: 926.32.48.78
Plaza de España, s/n. Edif. Valcentro, 2ª planta. 13300 Valdepeñas (Ciudad Real)
afimvaldepenas@fundacionafim.org

C.A. de Castilla y León
SALAMANCA: MILAGROS BENAVENTE. TFNO: 923.23.32.77
Camelias, 4, bajo. 37004 Salamanca
afimsalamanca@fundacionafim.org

C.A. de la Región de Murcia
MURCIA: Mª JOSÉ FERNÁNDEZ-MARCOTE. TFNO: 968.23.23.55
Reina Doña Violante, 5, bajo. 30007 Murcia
afimmurcia@fundacionafim.org

C.A. de Valencia
VALENCIA: BEATRIZ PEDROSA TFNO: 96.351.38.54
Calle Salamanca nº 44 - bajo Izq 46005 Valencia
afimvalencia@fundacionafim.org

NUMEROS DE REGISTRO
MINISTERIO DE TRABAJO Y ASUNTOS SOCIALES: 28/0907
ANDALUCIA: 1898
ARAGON: 922
CANTABRIA: 39/E188
CASTILLA-LA MANCHA: 45/1965/2.2/94
CASTILLA Y LEON: 47.0290E
EXTREMADURA: 28/2.08/07.91/1.251
GALICIA: S-877
LA RIOJA: 254
MADRID: E-2100.E-1137/Cod.1150-07
MURCIA: E.489.1
NAVARRA: 371
VALENCIA: 06.46-1299