

ANDADE

Boletín informativo



Redacción: Delegación en Canarias de ANDADE

Dirección: MARIANO AYALA

Numero 38

2ª quincena, ENERO 2014

SANIDAD

NACIONAL

INTERNACIONAL

DEPORTE

FOTO DEL DIA

CURIOSIDADES

OTROS

ENTREVISTA

PARTICIPACION

**Más noticias en
www.andade.es**



ULTIMA HORA

Sanidad paraliza el copago de ambulancias, ortopedia y productos 'dietoterápicos'

La ministra de Sanidad, Ana Mato, anunció ayer la decisión que había tomado su Ministerio de no poner en marcha el copago de ambulancias, ortoprotésicos y productos dietoterápicos que presentó como real decreto hace varios meses.

Aunque la ministra decidió paralizar este proceso antes del pasado mes de diciembre, el informe que presentó hace una semana el Consejo de Estado ha acelerado el anuncio de su no implantación. Aunque el dictamen de la institución consultiva cuestionaba la eficacia de la medida, hasta ayer, Sanidad no había querido concretar qué iba a hacer con ésta. A primera hora de la mañana, la secretaria general de Sanidad, Pilar Farjas, durante la presentación de los datos de la Organización Nacional de Trasplantes (ONT), reconoció que se iba a tener en cuenta la sostenibilidad del sistema y la mejora de la economía española en los últimos meses a la hora de determinar si se implantarían o no las nuevas formas de copago: 'El Gobierno estudia permanentemente los proyectos normativos que se tienen encima de la mesa, no los que están en vigor y aplicándose'.



Sólo unas horas más tarde, al finalizar su reunión con el Consejo Asesor, la ministra anunció la paralización de la futura norma insistiendo, al igual que Farjas, en los buenos resultados económicos que espera el Gobierno para este año y que evitarían a los españoles añadir tres copagos más al de los medicamentos dispensados en todo tipo de farmacias (comunitarias y hospitalarias). Y es que además de las ambulancias, el real decreto también incluía el pago de los pacientes de una parte de las ortoprótesis que necesitan, así como de productos dietoterápicos. 'Los esfuerzos de los ciudadanos están dando sus frutos y ahora las administraciones tienen que continuar poniendo en marcha medidas de eficiencia para mejorar la calidad de la sanidad', aseveró la ministra a la hora de argumentar su decisión. 'No vamos a pedir más esfuerzos'.

ottobock.

Crean una prótesis robótica que elimina temblores del párkinson

Un grupo internacional de investigadores ha creado neuroprótesis robóticas que eliminan los temblores incontrolados provocados por el párkinson u otras enfermedades neurológicas, un trabajo por el que Eduardo Rocon, uno de los implicados, ha sido premiado por la Real Academia de Ingeniería (RAI).

Esta institución -RAI- ha reconocido a Rocon con el premio “Juan López de Peñalver 2013”, por su investigación en el ámbito de la robótica de rehabilitación para patologías como el ictus, la apoplejía, los temblores del párkinson, la lesión de médula o la parálisis cerebral.

Rocon, investigador del Centro de Automática y Robótica (centro mixto del Consejo Superior de Investigaciones Científicas y la Universidad Politécnica de Madrid), creó, junto al resto de científicos, un dispositivo con sensores integrados en un textil adaptado al brazo y una matriz de electrodos en su interior.



Ésta identifica los movimientos voluntarios del enfermo, estabilizando los posibles temblores a través de estimulación eléctrica funcional, ha informado la RAI en una nota de prensa.

El objetivo de este proyecto es “trasladar los dispositivos robóticos que diseña en el laboratorio a la rehabilitación sensorimotora de los seres humanos” y a la asistencia de ancianos o personas con discapacidad, según la RAI.

Rocon no es el único joven (menor de 36 años) premiado por la Academia (cada galardón está dotado con 10.000 euros). Tomás Palacios Gutiérrez, investigador del Instituto Tecnológico de Massachussets (MIT), ha sido distinguido con el premio “Agustín de Betancourt 2013”, por sus estudios sobre materiales semiconductores avanzados, como el grafeno o el nitruro de galio.

Palacios creó y dirigió el “Centro de dispositivos de grafeno y sistemas 2D” del MIT, integrado por una veintena de grupo de investigación.

Además, este joven ingeniero de telecomunicaciones de la Universidad Politécnica de Madrid es fundador y presidente de la empresa tecnológica Cambridge Electronics, que trabaja en la comercialización de electrónica basada en nitruro de galio.

Palacios, que con su trabajo ha producido más de 10 patentes y ha obtenido una veintena de premios, compagina su labor investigadora con la docencia en el departamento de ingeniería eléctrica y ciencia computacional del MIT.

Ambos galardones se entregarán mañana en un acto en la sede la RAI, en el que también se concederá el “Premio Academiae Dilecta”, que este año ha reconocido a la empresa Ferrovial.

NACIONAL

Dos amputados estrenan experiencia piloto de trabajo en gasolineras Repsol

Dos personas con amputaciones, un brazo en uno de los casos y una pierna en otra, han estrenado una experiencia piloto para que personas con discapacidad trabajen en gasolineras del grupo Repsol.



Así lo ha anunciado el presidente de la Asociación Nacional de Amputados de España (ANDA), Carlos Ventosa, quien ha detallado que se trata de un proyecto piloto que confía en que se pueda extender a más personas.

Se trata de un acuerdo entre ANDA y Repsol y los primeros trabajadores son Noemí, una joven palentina que hace seis años perdió un brazo tras un accidente de tráfico y que trabaja desde hace unos días en una gasolinera de Dueñas (Palencia); y Óscar, que sufrió una amputación de una pierna por debajo de la rodilla y que ha encontrado un empleo en una estación de servicio de Valladolid.



Óscar perdió la pierna por debajo de la rodilla en un accidente laboral y es uno de los afectados por la difícil situación que atraviesa la firma vallisoletana Metales Extruidos, que está en fase de concurso de acreedores.

Ambos padecen además lo que se conoce como "síndrome de dolor fantasma", esa sensación de

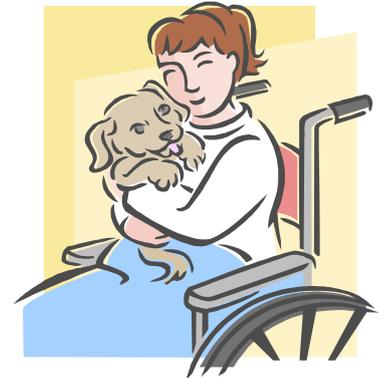
dolor en el miembro perdido.

Según refirieron a Efe antes de participar en un estudio sobre esta patología, Noemí todavía siente el anillo que le regaló su novio en la mano que ya no tiene, mientras que Óscar tiene sensación de calambres y le duele la uña o el dedo gordo inexistentes, y le duele más cuando se quita la prótesis

El Concello de A Coruña pagará 12.500 euros a una mujer en silla de ruedas por una caída

El Consello Consultivo de Galicia avala la concesión por el Ayuntamiento coruñés de una indemnización de 12.533 euros a una mujer que se desplaza en silla de ruedas por la caída que sufrió en la ronda de Nelle el 23 de mayo de 2012 a causa del mal estado de la acera. Al sobrepasar la compensación los 1.500 euros de cuantía, el Gobierno local tuvo que solicitar su aprobación al organismo autonómico, que le advirtió de que la jurisprudencia le permite eludir ese pago, pero que le autorizó a efectuarlo al admitir el propio Concello su responsabilidad en los hechos.

La reclamante había solicitado una indemnización de 13.099 euros y aportó una declaración propia sobre los hechos, así como informes del Cuerpo Nacional de Policía y de la Policía Local, en los que figura el mal estado de la calle, en la que había numerosas baldosas desprendidas. El Consello Consultivo admite además la cantidad propuesta por el Ayuntamiento al no haber facilitado la perjudicada facturas sobre los gastos de odontología que debió abonar, además de los de la ropa y las gafas en las que sufrió desperfectos.



El organismo hace alusión a una sentencia del Tribunal Superior de Xustiza de Galicia en la que se afirma que una pequeña irregularidad en el pavimento es "harto frecuente" en las calles y que "carece de relevancia" para exigir responsabilidad administrativa al Ayuntamiento, ya que estima que "resulta prácticamente imposible encontrar un vial o calzada que pueda calificarse de perfecto" a causa de los efectos de los agentes atmosféricos y el paso de peatones y coches.

El Consello dio sin embargo su visto bueno al abono de la indemnización porque el Ayuntamiento estimó que las circunstancias del accidente se derivaban la responsabilidad en exclusiva de la administración municipal, por lo que autorizó el pago de la cantidad propuesta, inferior en menos de 600 euros a la exigida por la damnificada.

El Consello Consultivo aprobó el pasado mes de septiembre el pago de 14.320 euros a la familia de un niño que cayó en la plaza de A Cubela de un banco que estaba mal anclado y que se rompió el dedo de un pie, del que tuvo que ser operado. Los familiares reclamaban 31.326 por los daños sufridos.

El 60% de los españoles considera 'insuficiente' la atención que reciben las personas con discapacidad

Casi el 60% de los españoles considera 'más bien insuficientes' los servicios sanitarios y sociales que proporciona la sociedad a las personas con discapacidad, mientras que el 25,6% los califica de 'totalmente insuficientes', según se desprende del último barómetro realizado por el Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS).

Además, cerca del 50% afirma que las prestaciones económicas y beneficios fiscales que las administraciones conceden a las personas con discapacidad son también "insuficientes" y el 31,6% dice que son "totalmente insuficientes". Asimismo, el 26% considera que en los últimos 10 años la asistencia y apoyo a las personas con discapacidad "no ha mejorado nada", mientras que el 39% cree que "ha mejorado poco".



La accesibilidad en los pueblos y en las ciudades de España tampoco sale bien parada en esta macro encuesta del CIS, en la que han participado más de 2.400 españoles. Así, el 67,7% de los encuestados reconoce que hay aceras con obstáculos y socavones que dificultan la vida de las personas con discapacidad, un 64,7% considera que los semáforos con sonido y duración suficiente para personas con dificultad para caminar no son habituales y otro 60,8% denuncia falta de accesos fáciles o de viviendas con rampas. Asimismo, un 60,2% concluye que "debería dedicarse más dinero a suprimir barreras físicas que dificultan la vida de las personas con discapacidad".

Por otro lado, la accesibilidad en los transportes también sigue siendo una 'asignatura pendiente' para los encuestados: al menos un 24,7% considera que es "muy difícil" para las personas con discapacidad poder coger un transporte público. Sobre quién es el responsable de mejorar la integración y condiciones de vida de las personas con discapacidad, un 70% responsabiliza al Estado, un 44% sostiene que le corresponde a la comunidad autónoma y un 24% manifiesta que es el Ayuntamiento quien se debe ocupar de ese cometido. Cuando el CIS preguntó sobre quién "verdaderamente se responsabiliza más" de mejorar la calidad de vida de los discapacitados, el 29% se decanta por las ONG y fundaciones, el 19,6% dice que es el Estado y el 18,9%, las comunidades.

Tráfico adapta los semáforos para que la señal de invidentes suene solo cuando ellos crucen

El pitido de los semáforos funcionará solo cuando las personas invidentes lo necesiten y ordenen. Estas señales acústicas que les ayudan a orientarse en los pasos de peatones son una pieza esencial en su seguridad, pero también una molestia que sufren los vecinos. "Las quejas por el ruido son casi diarias", aseguran fuentes municipales. Ahora, y tras años probando diferentes fórmulas para intentar mitigar este problema sin reducir la seguridad de las personas con discapacidad visual, el gobierno local parece haber encontrado en las nuevas tecnologías un aliado perfecto. En los próximos meses activará en 14 cruces del casco urbano un sistema basado en la tecnología inalámbrica Bluetooth que permitirá que los semáforos solo piten cuando un invidente lo vaya a cruzar.

"La solución adoptada hasta ahora consiste en reducir el volumen hasta el punto en el que se moleste lo menos posible a los vecinos y, al mismo tiempo, que los invidentes puedan seguir escuchando las señales sonoras, pero es algo difícil de conseguir por los niveles de ruido cambiantes a lo largo del día debido al tráfico", explican desde el departamento municipal que ultima la puesta en marcha del nuevo sistema.



Un móvil con tecnología Bluetooth es lo único necesario para que el mecanismo funcione. La ONCE tiene además unos dispositivos específicos para que sus afiliados puedan portar si carecieran de teléfono. Para la coordinación con los semáforos solo es preciso realizar un pequeño cambio en la configuración del terminal. El funcionamiento es muy sencillo. Cada vez que el semáforo detecte su presencia, la señal acústica funcionará como de costumbre. Una vez que el peatón atraviese el paso, el pitido se apagará de inmediato sin ni siquiera esperar a que la luz vuelva a cambiar de verde a rojo.

Aunque la intención del Concello es ir aplicando esta tecnología en el mayor número de semáforos posible, su implantación se irá haciendo de forma progresiva y en estrecha colaboración con la Organización Nacional de Ciegos Españoles. De hecho, los primeros 14 pasos de peatones en los que se habilitará fueron propuestos por la ONCE. Se aplicará en todos los que hay en Gran Vía desde el cruce con Luis Braille (ubicación de su sede en Vigo) hasta Lepanto. La elección de esta zona no es casual. "Se nos pidió comenzar por aquí porque estiman que el 45% de los invidentes de la ciudad viven o se mueven a diario por este entorno", explican fuentes municipales. La organización cuenta actualmente con más de 1.100 afiliados en la ciudad. El siguiente paso es cubrir todo el tramo de Gran Vía hasta la Plaza de España y también el entorno de la Plaza de América.

Las aplicaciones de este sistema inalámbrico pueden ir incluso más allá. "Existe la posibilidad de activar también la demanda de paso en los semáforos con pulsador sin necesidad de que la persona invidente tenga que pulsarlo. Ninguna de las dos funcionalidades requiere de instalación de ninguna aplicación en el teléfono móvil", destacan los técnicos municipales.

INTERNACIONAL

Prótesis biónicas deslumbran en el CES

La empresa AlterG desarrolló una pierna que se manipula con los impulsos cerebrales de una persona; la firma también creó prótesis anti gravedad que disminuyen la presión a la columna de los pacientes.

Cuando Zac Vawter perdió su pierna derecha en 2009 a causa de un accidente de motocicleta, pensó que jamás volvería a caminar; hasta que en septiembre del año pasado el doctor Levi Hargrove y su equipo volvieron a ponerlo de pie, relató en un video el investigador del Instituto de Rehabilitación de Chicago.



Sin embargo, el implante que le ayudó a Vawter a recobrar la movilidad no era cualquiera, se trataba de una prótesis que funciona a través de sus pensamientos.

"Dos nervios en la pierna se re cablean hacía su bíceps femoral, estos nervios se comunican con los sensores de la pierna artificial. De esta forma cuando el paciente piensa en doblar la rodilla, el sistema puede detectar sus impulsos eléctricos y moverse", explicó Levi durante una charla en el CES 2014.

El investigador, apoyado por colegas del Instituto Tecnológico de Massachusetts halló la forma de comunicar los nervios con un dispositivo completamente ajeno al cuerpo. "Esta prótesis es el mejor ejemplo de la ingeniería".

Mientras la noticia daba la vuelta al mundo, ya se estaban desarrollando sistemas inteligentes similares, como el caso de la empresa, AlterG.

Steve Basta, CEO de esa compañía de tecnología que ha desarrollado por lo menos 40 dispositivos enfocados a la rehabilitación, habló también del diseño y funcionamiento de la pierna biónica que desarrolló, que si bien no es un implante, ayuda a recuperar la movilidad y a ejercitar el cuerpo.

"Es impresionante como en los últimos meses decenas de personas están aplicando sus conocimientos en el campo de la medicina, tal es el caso de nuestra pierna antigraedad, una prótesis que elimina la presión corporal sobre la parte dañada", explicó Basta.

Su sistema que funciona a través de sensores que detectan los impulsos nerviosos disminuye la fuerza de impacto del suelo al caminar o correr, para reducir al mínimo el estrés en la columna vertebral.

Además de esta tecnología, el empresario trabaja en un brazo similar al del Centro de Rehabilitación de California.

Ellos desarrollaron un sistema de bandas que ayuda a fortalecer los músculos y recuperar el movimiento a través de ejercicios sin esfuerzo.

"La prótesis, que no será un brazo de repuesto, está equipada con sensores capaces de medir los impulsos eléctricos del cuerpo sólo para ayudar a la parte dañada a fortalecerse y ejercitarse", explicó el directivo.



El doctor Levi Hargrove y Steve Basta coinciden en que la innovación médica podría llevar a las personas a reconstruir su cuerpo, ayudándose de la robótica y la ingeniería para, algún día, simular lo mejor que se pueda las funciones del cuerpo.

En octubre de 2012, la firma de robótica Shadow Robot Co anunció que había creado al hombre biónico, un humanoide con órganos artificiales realizados por 17 empresas del mundo; sin embargo, el término para describir a su invento no fue el correcto.

El "hombre biónico" se hizo popular en los setentas por la serie The Six Million Dollar Man, que contaba la historia de un astronauta cuyo cuerpo había sido reconstruido. Muy similar a lo que están haciendo estos investigadores

Crea ITESM Puebla prótesis de pierna a bajo costo

El Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Monterrey (ITESM) Campus Puebla desarrolló una prótesis adaptable para personas amputadas de una pierna, creación que será donada al Hospital General del Norte de la capital del estado.

La prótesis busca convertirse en modelo para apoyar a pacientes que perdieron alguna extremidad porque se busca disminuir los costos de producción.



En el proyecto participaron Carlos Rafael Gijón Rivera, director del Departamento de Mecánica y Automotriz, y Giuliana Capaceta, alumna de la carrera de Ingeniero en Diseño Industrial.

Gijón Rivera explicó que la prótesis tiene características que la hacen diferente a las demás porque es personalizada y ajustable al muñón de la pierna del paciente.

“La prótesis ayudará a los pacientes porque permitirá que la persona se sienta cómoda y encuentre un equilibrio que le permita volver a caminar”, destacó.

Actualmente, una prótesis tiene un costo de entre los 10 mil y 200 mil pesos; sin embargo, con el proyecto, se busca que las nuevas prótesis no superen los seis mil pesos.

“Buscamos que la prótesis fuera ligera, con dos kilos de peso, menor al de la mayoría. Se trabaja para que sean accesibles en costos”, comentó.

Señaló que la prótesis modelo será donada en próximos días al Hospital General de la zona Norte en Puebla con el objetivo de que se traduzca en beneficios para la población.

DEPORTE

Los discapacitados pagan un 70 por ciento en los reconocimientos médicos deportivos

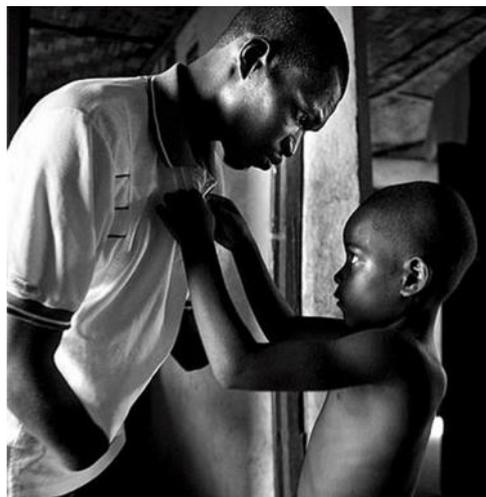
Los discapacitados que se sometan a un reconocimiento médico básico en los centros de medicina deportiva municipales de la capital cuentan desde hoy con un descuento del 70 % en esta prueba, ha indicado el Ayuntamiento de Madrid.



Según ha recordado hoy el consistorio, esta medida es una de las primeras que se pondrán en marcha como parte del Plan Estratégico para el Fomento del Deporte Base en Madrid, aprobado el pasado mes de noviembre por la Junta de Gobierno, y atiende a las demandas de las asociaciones de la discapacidad .

Con esta bonificación, el coste del reconocimiento médico pasará de 28,15 a 8,45 euros. Podrán beneficiarse de este descuento las cerca de 300.000 personas que disponen de un carné municipal de Deporte Especial, un documento que el Ayuntamiento de Madrid expide gratuitamente para aquellos residentes en la capital con un grado de discapacidad igual o superior al 33 %.

LA FOTO DEL DIA



LA FRASE DEL DIA

***“Algunas personas causan felicidad a donde van,
Otras cuando se van”***



■ **Dirección**
Travesía Vuelta del Castillo, 1 bajo
31001 Pamplona (Navarra)

Tel.: 948 19 89 71
Fax: 948 25 85 77

Email: iton@iton.es

■ **GPS**
42° 48' 42" N
1° 39' 16" W



// Iton

Llega a Navarra para implantar nuevas técnicas ortoprotésicas y últimas tecnologías en prótesis y ortesis.

Rehabilitación de pacientes

ITOH, como complemento al proceso de fabricación y colocación de las prótesis a pacientes amputados, y gracias a los cursos realizados por nuestro técnico oroprotésico, Mikel Arrizabalaga Larumbe, podemos asegurar a nuestros pacientes el máximo rendimiento y aprovechamiento de las mismas, mediante la asistencia a unas sesiones de enseñanza y práctica de su uso. Contando para ello con adecuadas instalaciones para la rehabilitación de amputados.

- Estudiamos su caso individualmente.
- Fabricamos prótesis y ortesis a medida.
- Le damos el soporte necesario, como centro de rehabilitación de amputados.
- Disponemos de todo tipo de ortopedia, ayudas a la movilidad y el descanso.

// Prótesis

ITOH desarrolla soluciones de vanguardia en prótesis, para que volver a andar con naturalidad y realizar todo tipo de actividades, incluso las más exigentes, sea una realidad, para aquellas personas que hayan sufrido la amputación de un miembro.



Traducciones

Nuestra Agencia RTi está dedicada a realizar todo tipo de traducciones. Estamos situados en Las Palmas de Gran Canaria haciendo parte de la Red Canaria de Traductores e Intérpretes.

Realizamos traducciones juradas, técnicas y muchas más en todos los idiomas. Ofrecemos la opción de recogida y entrega de los documentos a domicilio. Hacemos traducciones en 24 horas.

Calle León y Castillo, 379 - 1.º D
35007 LAS PALMAS DE GRAN CANARIA
(Las Palmas)
Email: rtitrad@yahoo.es
Teléfono: 928 224 020
Móvil: 619 360 153
Frente a la Base Naval

OTROS

CES 2014 mostró lo máximo en avance tecnológico y curiosidades para otros gustos

La edición 2014, con más de 3.000 expositores marcó la vanguardia tanto en automóviles, donde descollaron los híbridos que buscan acabar con el mundo de los combustibles fósiles, pasando por las pantallas curvadas y cada vez mejor definidas, así como de tamaños inconcebibles, donde la realidad cabe en el living de casa más allá de donde sea, hasta los minicomponentes de toda índole referidos a las más distintas actividades. La robótica avanzó como nunca antes para incorporarse a nuestro diario vivir y la tecnología y la salud se dan la mano cada vez más permitiendo un control constante de nuestros signos vitales en todos sus órdenes tanto si estamos sanos como enfermos.

Pero también lo insólito tuvo su lugar relevante

En la feria concluida en Las Vegas de cuadrado- que se adhiere a las ventanas y se ocupa de limpiarlas y secarlas, sin mayor intervención humana que presionar el botón de ajuste.



Los protectores de celulares –que oscilan en los US\$50- además de protección extra de todo tipo para el celu, garantizan una constante carga gracias a una célula que convierte la energía lumínica, en eléctrica. Los 150.000 participantes de más de 148 países tuvieron también tiempo para presentar algunas ideas que si bien ya son realidades, difícilmente puedan tener un desarrollo comercial... aunque nunca se sabe.

Las impresoras 3D, capaces de revolucionar la fabricación tal cual la conocemos, presentó una curiosa aplicación en la gastronomía: el **diseño de terrones de azúcar en 3D**, con formas y sabores que dejarán atrás- creen- el tradicional molido blanco que conocemos. El

azúcar de mil formas y cualquier sabor puede ser elaborado a partir de una impresora que cuesta desde U\$5.000.

Ya nada se quemará en la cocina: así lo compromete la Crock-Pot Smart Show Cooker, que se controla a distancia a través del celular inteligente. Una aplicación desde el celu permite encenderla, graduar la temperatura y tiempo de cocción y apagarla, desde el teléfono. Cuesta menos de US\$100, y se ocupa de recordar al usuario vía celular que terminó de cocinar y qué era lo que había dentro.

El fin de los apagones –o al menos en lo elemental el fin de las velas- viene de la mano de SmartCharge LED, que ya se vende en EE.UU. por US\$25: sigue iluminando cualquier habitación durante más de cuatro horas sin que haya que tomar recaudo alguno ya que cuando termina el apagón se recarga automáticamente.

Los protectores celulares multifuncionales también ya están entre nosotros: además de proteger al celu, desde una inundación a un camión que les pase por encima, son auto recargables y dan energía al celular a partir de transformar la energía lumínica en eléctrica.

CURIOSIDADES

Dos siberianos se cortan una oreja por una apuesta

Dos residentes de un pueblo de la región de Kémerovo, en el sur de Siberia, se cortaron una oreja para pagar una apuesta, informó hoy la policía rusa.

Dos residentes de un pueblo de la región de Kémerovo, en el sur de Siberia, se cortaron una oreja para pagar una apuesta, informó hoy la policía rusa.

Los hombres, cuyas identidades no han sido reveladas, durante una fiesta en casa se desafiaron para echar un pulso y ver cuál de los dos tenían más fuerza y podía doblarle el brazo al contrario.

Antes de empezar, ambos acordaron que el perdedor se cortaría una oreja.

Sin embargo, una vez terminada la prueba, el perdedor impugnó la victoria de su rival, razón por la que empezaron a discutir acaloradamente.

Finalmente, decidieron repetir el pulso para dirimir al vencedor.

El hombre que se impuso en la "primera vuelta" perdió en la segunda, razón por la que ambos llegaron al compromiso de cortarse cada uno una oreja en vista del empate.



Según el comunicado de la policía local, uno se cortó completamente la oreja, mientras el otro lo hizo a la mitad, tras lo cual ambos fueron hospitalizados.

ENTREVISTA a Teresa Perales Fernández, campeona paralímpica

‘Tras la discapacidad, lo primero que hacía era mirarme los dedos de los pies a ver si se movían’

Teresa Perales Fernández nació en Zaragoza en 1975 y es la deportista española con mejor palmarés de la historia y una de las más laureadas del mundo. Discapacitada desde los 19 años a causa de una neuropatía, es hoy el icono deportivo que mejor sugiere la idea de superación y éxito. Tiene 22 medallas paralímpicas en natación (las mismas que Michael Phelps como nadador olímpico), a las que hay que añadir otras 22 en campeonatos de Europa y 11 en campeonatos del mundo.

Escribe libros, da conferencias, tiene una empresa de coaching (entrenamiento mental), es diplomada en Fisioterapia y fue profesora de la Universidad de Zaragoza. Está casada y tiene un hijo. Pertenece al Consejo de Atletas del Comité Paralímpico Internacional

-¿Cuál es el secreto del éxito?

-No tengo ni idea. Si lo supiera sería multimillonaria. Supongo que el secreto está en la cabeza, en la capacidad que tengamos de sacar lo mejor de nosotros mismos y en la capacidad para adaptarnos a las circunstancias.

-¿Se recuerda saltando y dando brincos?

-Es que yo no paraba. Hasta hacía kárate. Mi discapacidad fue sobrevenida, a los 19 años. Y me costó trabajo convencerme de que esa discapacidad no podía verla como una tragedia porque hay millones de cosas que puedo seguir haciendo. La gente piensa que quedarme en una silla de ruedas es lo peor que me ha pasado en la vida. Y no es cierto.

-¿Qué ha sido lo peor?

-Mire, rebuscando fotos me encontré con una en la que no estoy sonriendo, yo que no paro de sonreír. Yo tenía en esa fotografía unos 16 años y mi padre se había muerto unos meses antes. Murió con 45 años y ése sí fue un momento dramático de verdad. Lo mío tiene solución, lo de mi padre, un hombre extraordinario, no. Llegó a Zaragoza sin nada, con una caja de mudas, y trabajó sin parar para que no nos faltara de nada. Un buen día se nos fue y cómo le explico yo a mi hijo lo maravilloso que era su abuelo.



-¿La sonrisa es un salvoconducto?

-Cuando por la mañana me pregunto qué ropa me pongo he comprobado que la sonrisa pega con todo. La sonrisa es una puerta abierta, te cambia y ayuda a cambiar a los demás.

-Cuénteme cómo se supera una situación como la que usted ha vivido.

-En tres meses pasé de saltar a verme en una silla de ruedas. La primera tentación, quedarme en casa. Observaba que la gente me trataba de forma diferente, como si yo personalizara un proyecto de vida frustrado. Pero aprendí que la sociedad no es el enemigo, las peores trabas siempre me las he puesto yo. Recuerdo que lo primero que hacía cuando despertaba era mirarme los dedos de los pies para ver si observaba en ellos algún movimiento. Y así un día y otro día. Una mañana dejé de mirarme los dedos y creo que esa mañana fue cuando comencé a mirar hacia delante.

-Y se metió en la piscina.

-Bueno, eso tiene su historia. Mi conexión con la nueva vida comenzó a través del agua. A mí no me gustaba nadar, de hecho mis padres me llevaron de niña a un cursillo de natación y no aprendí. En esta ocasión me puse un chaleco salvavidas y me tiré. Y comprobé que en lugar de mirar a la gente hacia arriba la podía mirar a mí misma altura, y que tenía otra vez el control sobre mi cuerpo. Al segundo día me vio nadar Ramiro, quien fue mi primer entrenador, y me dijo "Teresa, pero si tú sabes nadar". Y yo con el chaleco salvavidas, convencida de que no. Cuánto talento desperdiciamos con eso de poner etiquetas en plan de tú vales, tú no vales.

-De ahí, a 22 medallas paralímpicas.

-Sí. Cuando nos planteamos objetivos en la vida tenemos que ser ambiciosos, porque cuanto más lejos queramos llegar, más lejos llegaremos. Y si nos quedamos cortos nunca hay que pensar que hemos fracasado. En la vida aprendemos a perder y a ganar.

-¿Sería un fracaso no lograr medalla en los Juegos de Río de Janeiro 2016?

-¿Fracaso? En absoluto. Sé que estoy jugando la prórroga. No aspiro a las seis medallas de Londres. Este próximo verano se va a celebrar el Campeonato de Europa y voy a ver. Cada ciclo deportivo significa una etapa personal distinta.

-¿La clave es la motivación?

-La motivación es muy importante, pero si no la llevas a la práctica, pues nada de nada. No se trata de meter una marcha directa porque hay que adaptarse a las circunstancias, pero tampoco andar buscando atajos. No hay que sentir miedo porque el miedo puede hacer que nos paremos antes de iniciar un proyecto. Sin miedo tienes más posibilidad de aprovechar las oportunidades, y cuantas más oportunidades aprovechas más oportunidades generas. Me fijo en el lema paralímpico "mente, cuerpo, espíritu" y añado

pasión y alma, y no esperar a que los demás te digan cuándo tienes que hacer las cosas, porque te quedarás sin subirte a ese tren de tu vida que pasa y no vuelve. Nadie garantiza el éxito, pero merece la pena intentarlo.

-¿El éxito también tiene un poco de trampa?

-El miedo al éxito. Yo lo tuve. Me acuerdo de mi primera medalla de oro, en los Juegos de Atenas. La buscaba con toda mi alma, pero en el fondo había algo que me frenaba. Y si la gano, ¿qué pasará después?, ¿quién me va a proteger de ese éxito?

-¿Qué es la felicidad?

-Es difícil contestar. No se puede medir, ni tocar ni hay recetas para conseguirla. Es un sentimiento, una emoción, y sólo somos nosotros los que lo podemos generar. Pero tengo muy claro que si no eres feliz, nunca serás capaz de hacer felices a los demás.

-A usted la supongo muy, muy feliz.

-Lo soy. No cambiaría la vida que he tenido hasta ahora. Tengo muchos motivos para serlo. Ahora bien, vivir en silla de ruedas no es cómodo, tuve que asumir que el mundo no está del todo preparado para mi discapacidad. Aquí hay mucho de aprendizaje. Todos hemos sentido la magia del primer beso, del sabor del primer caramelo, de la primera vez que te metes en una piscina. Mi hijo de 3 años está descubriendo cosas todos los días, y yo con él.

-¿Y qué le dice de la silla de ruedas?

-Estábamos en el baño, duchándonos juntos. Yo le pedí: ¿me puedes acercar la silla? Él se quedó mirando y me preguntó: ¿tú siempre andas con silla de ruedas? Tragué saliva y le contesté: Pues sí, cariño. Y él, con toda la naturalidad del mundo, me dijo: ah, vale, pues te la "acelco". Ya pertenece a una generación que va a ver la discapacidad como algo absolutamente natural. Nosotros todavía vivimos en una sociedad que nos transmite muchas creencias limitantes, que nos impide ver en la gente todo su talento oculto. Esa sociedad es la única que me ha hecho sentir minusválida. Yo también tengo mucha creencia limitante, no se crea.

-¿Por ejemplo?

-Pues cuando me pongo a escribir. Hice un libro, se vendió muy bien pero pensé que nunca más. Y, sin embargo, no fue así. Estos días tengo que entregar el original de otro, "La fuerza de un sueño", que saldrá para primavera. La pereza de enfrentarme a un folio en blanco. Así que no me queda otro remedio que luchar contra esa "Teresa mala" que me ataca a la voluntad. Pero suelo ganarla.

-No me cabe la menor duda.

-Es que soy maña. En Aragón tenemos una palabra, rasmia, que es echarle muchas ganas, ser muy "echao p'alante". Yo me recuerdo en el colegio como una niña tímida, de las que nunca levantaban la mano en clase, no con complejos pero sí con mucha prudencia. Siempre estaba ahí para todo el mundo, soy muy "rocera", muy cariñosa. Con el tiempo me di cuenta de que caigo bien, que nadie me escupe cuando hablo.

-Estuvo en la India, estuvo en el Sahara. ¿En silla de ruedas por el desierto?

-En el desierto no hay baños; como mucho, letrinas. Me lo planteé antes de decidirme a ir. ¿Cómo me iba a arreglar? Me compré una sillita de playa, le hice un agujero en el medio y me llevé un poncho para preservar un poco la intimidad. Y me las arreglé de maravilla. Las soluciones en la vida no tienen por qué ser grandísimas y complejísimas. A mí aquello me salió por 15 euros. Estoy convencida de que la silla de ruedas va pegada a mi culo, es inevitable, pero no a mi cabeza. Hace poco conocí a una canaria de 88 años. La mujer había aprendido a nadar a los 65, cuando se jubiló. Y estaba en la piscina ¡haciendo 400 metros estilos! Es maravilloso y me lleva a pensar que en esta vida no hay límites si no quieres creer mucho en los límites.

-Reivindica los sueños.

-Es estupendo soñar, pero lo más estupendo es que algunas veces la realidad supera esos sueños.

-Además de nadar, ¿en qué es Teresa Perales muy buena?

-Yo creo que como mamá soy muy buena, lo digo en serio. Es con lo que más disfruto. Y quiero que mi niño se crea que es alguien muy especial. No que vaya de sobrao por la vida, pero sí que sepa lo importante que es. No haber tenido a mi hijo es algo que no me hubiera perdonado jamás.

-¿De dónde saca tiempo?

-Me organizo haciendo malabares. A mí, como a todo el mundo, me gusta el sofá. Exprimo las horas, hoy no llegaré a casa antes de las once y media de la noche. La clave está en cómo disfrutar de ese tiempo. Y disfrutar del camino.

PARTICIPACION

CUADERNO DE BITACORA por Mariano Ayala

Como en todos los sitios y trabajos, tienes gente con la que te llevas mejor y otros a los que no tragas. En los barcos, cuando uno lleva muchos años navegando, no puedes llevarte mal con esa gente con la que vas a convivir, en un espacio reducido, durante cierto tiempo.

Siempre me han preguntado, después de todos mis años de navegación, si me he llevado bien con los compañeros. En este momento es cuando yo hago la siguiente puntualización, que nos hace, a los marinos, ser de otra pasta, más tranquila, de lo que se trata no es de llevarse bien, cosa muy difícil en muchos ordenes de la vida, si no, no llevarse mal.



Los barcos son como una prisión, con la ventaja de poder marcharte cuando quieras. Por cierto que en otro momento contaré lo que le pasó a un radiotelegrafista que se quería ir de vacaciones.

Digo que son como una prisión, ya que tienes siempre a alguien con quien te une cierta química o gustos comunes o misma procedencia, en fin, cualquier excusa es buena para no estar solo y tener alguien con quien compartir experiencias.

Todo este rollo que os he contado viene a cuento para relataros algunas de las aventuras que tuvimos que sufrir en un viaje, dos personajes con los que me llevé muy bien durante ese embarque. Fueron, el Tercer Oficial, asturiano, y un marinero, canario, con los que hice una buena relación.

Ese viaje fue uno que os relaté anteriormente, que llevábamos mercancías variadas, cargadas en puertos que iban desde Dinamarca hasta Francia, por toda la costa occidental de Europa.

Después de varios puertos de Alemania, Holanda y Bélgica, arribamos al puerto de Le Havre, en Francia. Habitualmente, yo tenía la costumbre de acercarme, a la llegada a un puerto, a la estación de trenes o autobuses, para enterarme de las ciudades que estaban por allí cerca y así tratar de conocer algo más del país en el que estábamos. Así que, cuando en la estación del tren me dijeron que Paris estaba a una hora de allí, se lo dije al

Tercer Oficial y tras cenar y quedar con los otros oficiales, para que atendiesen a la carga, nos fuimos al tren a Paris.

¡Que ilusión nos hacía a los dos! Iba a ser la primera vez que estaríamos en Paris. Una de las ilusiones de nuestra vida. Un viaje tranquilo y a la hora estábamos en la estación de Austerlitz de Paris. Allí fue cuando nos dimos cuenta del problema y la pregunta fue: ¿Y ahora adónde vamos? Ninguno de los dos conocía esa ciudad.

Eran casi las diez de la noche y la estación casi vacía. En ese instante, se me ocurrió una idea. ¿En qué lugar de las ciudades se tarda más en cerrar y, por lo general, está todo abierto hasta muy tarde?...En los barrios donde están los puticlubs. Y ¿Dónde están estos en Paris?...en Pigalle. Así que fue fácil, pillamos el metro y cogimos la línea a Pigalle.



¡Qué ambiente! Toda la gente que no estaba en el resto de la ciudad, estaba allí. El “Moulin Rouge” lleno de autobuses de turistas y mucha gente paseando y viendo a todas las putillas que por allí merodeaban. Pillamos un hotel muy bueno, desde el que veíamos la iglesia del “Sacre Coeur” y Montmartre. Después de pasear y ver el ambiente, nos fuimos a dormir, para poder madrugar.

¡Qué bonito se ve Paris, siempre, pero especialmente, después de un café con unos “cruasanes”!.

Me gustaría poder narrar la sensación que tuvimos, cuando al salir de la estación de Rocado, vimos, allí delante de nosotros, ¡¡La Tour Eiffel!! Me imagino la cara de tontos que se nos tuvo que quedar. Lástima no haber podido hacernos una foto.

Pasamos un día genial, tanto por estar en Paris, como por perder de vista el barco. Visitamos todo lo que nos dio tiempo: Les Invalides, Le Grand Palais et le Petit Palais, Notre Dame y nos pegamos una comida muy rica en la zona de Montparnase. Día perfecto.

La vuelta en el tren fue un poco más caótica, ya que íbamos en un tren cargado de soldados que volvían a sus cuarteles después del fin de semana y allí, entre risas, fuimos contando a los soldados con los que íbamos en el mismo departamento, las peripecias que habíamos pasado desde que salimos del puerto de Esbjerg, en Dinamarca, pero eso.....es otra historia.



Centro Ortopédico Tecnológico

35 AÑOS DE EXPERIENCIA



- -Centro Ortopédico Tecnológico es un centro dedicado | exclusivamente a la prótesis tanto de niño como de adulto, con atención de un equipo multidisciplinario (ortopedas, fisioterapeutas, terapeuta ocupacional, laboratorio biomecánica, estudio de la marcha)
- -Especialistas en prótesis infantil
- -Especialistas en prótesis de extremidad superior
- -Primer centro en Europa en la colocación de la mano biónica a un adolescente
- -Primer centro en España en la colocación de la mano Michelangelo



C/Viladomat 170
08015 Barcelona.

Teléfono: (+34) 93 325 68 78

Móvil: (+34) 670 91 91 14

FAX: (+34) 901 708 598

E-mail: info@centroortopedicotecnico.com

C/JaimeIII 27, entlo 2ª pta 24
07012 Palma de Mallorca.

Teléfono: (+34) 97 171 06 60

Móvil: (+34) 670 91 91 14

FAX: (+34) 901 708 598

E-mail: info@centroortopedicotecnico.com

Horarios: de lunes a jueves de 9h a 14h y de 16h a 20h. Viernes de 9h a 14h.

Orto sur S.A.

Llámenos 91 683 88 80



CALIDAD- GARANTÍA- EXPERIENCIA

Fabricamos y adaptamos productos
ortoprotésicos a medida
en nuestros talleres

Tendiendo una mano

Atención al Cliente

Lunes a Viernes

Mañanas: 9:00 - 14:00

Tardes: 16:00 - 19:00

Teléfono:

91 683 88 80

En **Ortosur S.A.** trabajamos desde 1981 buscando calidad y bienestar para nuestros clientes. Disponemos de una gran variedad de servicios y productos que se adaptan a diferentes necesidades. Contamos con un personal altamente cualificado en la fabricación y adaptación de Ortopedia Técnica.

ORTESIS CRANEALES



DAFOS



ORTOPEDIA TÉCNICA



AYUDAS TÉCNICAS



ORTOSUR siempre está donde tu lo necesites