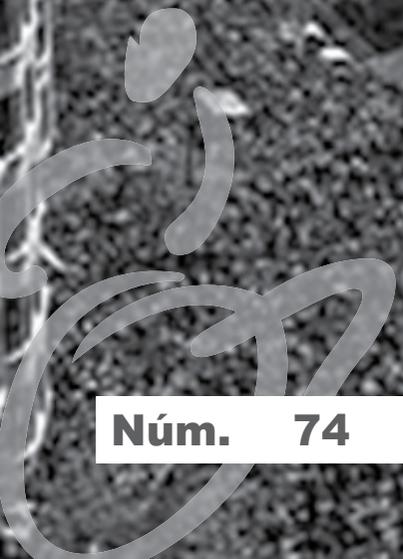




**aspaym**

Comunidad Valenciana



**Núm. 74 (7<sup>a</sup> época) - Mayo 2013**

La revista Aspaym Comunidad valenciana, es el órgano de difusión de Aspaym Comunidad Valenciana y pretende ser un vehículo de información para todos los interesados en los diferentes aspectos de las discapacidades, tanto médicos como de interés general.

Los artículos y opiniones que se publican son responsabilidad de los firmantes. Los editores, al aceptar los trabajos, regulan unas normas básicas acordes con la ética de la publicación.

Han colaborado en este número:

**Jose Balaguer**  
**Raquel Rodriguez**  
**Amparo Solaz**  
**Luis Escribano**  
**Alejandro Asensi**  
**Carlos Martí La Peña**  
**Jaime Serrano Puig**  
**Vicen Lluesma**  
**Susi Illueca**

Damos las gracias a todas las personas que han hecho posible la publicación y difusión de esta revista

Deposito legal: V-1887-1991

Imprime:

Junta Directiva:

**Presidente: José Balaguer**  
**Vicepresidente: Carlos Sotos**  
**Tesorera: Ana M<sup>a</sup> Micó**  
**Secretaria: Yolanda Ruiz**  
**Vocales: Rafael Sanz**  
**Jose Enrique Cezón**  
**M<sup>a</sup> Carmen Polo**  
**Maria Navasquillo**

Sede Social:

C/ Fresas, 10 (entrada por C/ Pobra Llargueta)  
46020 Valencia  
Tel./Fax 96 366 49 02  
[Info@aspaymcv.com](mailto:Info@aspaymcv.com)  
[www.aspaymcv.com](http://www.aspaymcv.com)

Revista

Editores:

Aspaym Comunidad Valenciana

Maquetación:

Carlos Sotos Portales

Vicente Balaguer Sanchez

Patrocina

## Salida Fallera 2013

**H**oy 11 de Marzo la gente de AspaymCV y el personal Sanitario y pacientes del Hospital Universitario y Politécnico LA FE de Valencia, encabezados por el Dr. Giner hemos estado en la Falla Reine de Valencia-Duque de Calabria en el almuerzo popular que todos los años nos ofrece esta magnífica comisión fallera y después como no, hemos presenciado la fantástica mascletá desde la puerta del Ayuntamiento de Valencia, también como todos los años invitados por la Corporación Municipal y magníficamente dirigida la organización por Manolo Camarasa, digno

representante del Ayuntamiento de Valencia, gracias Rita y gracias a nuestra Concejala Ana Albert que ha estado un buen rato acompañándonos en representación de la Alcaldesa y a las falleras mayores de Valencia que como cada año bajaron del balcon para estar un rato con nosotros compartiendo la fiesta.

Todo ello con la inestimable colaboración de José Luis Albiach que todos los años organiza con AspaymCV el evento.

**José Balaguer Soriano**



## FIVAN ABRE UN NUEVO CENTRO DE NEURORREHABILITACIÓN EN VALENCIA QUE CUENTA CON EL ROBOT PARA REHABILITACIÓN DE LA MARCHA LOKOMAT®



**E**l Centro de Rehabilitación Neurológica Fivan abrió sus puertas en el mes de enero, en la céntrica calle Burriana de Valencia, y lleva a cabo programas de rehabilitación individualizados e intensivos con el objetivo de conseguir la mayor recuperación en el menor tiempo posible. Para ello, dispone de unidades especializadas de rehabilitación motora, cognitiva y funcional, contan-

do con los últimos avances en tecnología. En este sentido, las personas que han sufrido una lesión medular o un daño cerebral pueden beneficiarse del sistema Lokomat, un robot de última generación para rehabilitación de la marcha. Los socios de Aspaym CV disponen de descuentos especiales gracias a un convenio suscrito este mismo mes entre Fundación Fivan y Aspaym CV.



El centro también dispone de la primera plataforma multidisciplinar de neurorrehabilitación domiciliar denominada NeuroatHome®. A través de esta plataforma que cuenta con tareas específicamente diseñadas para la rehabilitación mo-

tora y cognitiva, las personas con lesión medular pueden beneficiarse de un plan de tratamiento motor, personalizado, individualizado y monitorizado desde casa a través de tareas pautadas y diseñadas específicamente para ellas por un tera-



peuta. Entre los beneficios que ofrece, NeuroatHome® destaca principalmente por su facilidad de uso, posibilitando dar continuidad a los tratamientos en el domicilio pautando tareas de rehabilitación específicas y valorando los resultados obtenidos.

Gracias al acuerdo firmado con Fundación Fivan, Aspaym CV contará desde el próximo mes de junio con un dispositivo NeuroatHome Pro® (versión para centros) donde los socios podrán hacer uso de dicha herra-

mienta y conocer los beneficios que ofrece de forma directa.

### **Centro de Neurorehabilitación Fivan.**

C/Burriana, 30. 45005 Valencia  
Teléfono: 963 28 63 30  
Email: info@fivan.org  
www.fivan.org



## **C.B. Rangers. Temporada 2012-2013**

La temporada 2012-2013 ha traído consigo dos cambios al C.B. Rangers de Valencia. El primero, y de mayor relevancia, señala en dirección al banquillo: por motivos que no procede desgranar aquí, Fernando “Coronel Trautman” ha sustituido a Adrián Rodríguez en el cargo de entrenador. Ahí donde lo veis, Fernando es un antiguo mando militar de Vietnam condecorado hasta las cejas por sus innumerables heroicidades en los campos de batalla. Tras de sí dejó un largo elenco de boinas verdes formados bajo sus órdenes. La diplomacia, la educación, el sentido del humor y la capacidad de escucha son algunos de los aspectos que constituyen la carta de presentación de su carácter. Si a ellos sumamos, además, una amplia experiencia como jugador en el club, no sorprende que se le haya considerado la persona idónea a quien encomendar ahora las riendas del equipo. Basta con escucharle durante un tiempo muerto para advertirlo: “qué piquito tiene usted,

coronel...”. Un fenómeno, este hombre.

El segundo cambio concierne a la categoría en la que han militado los Rangers esta campaña: Primera División, como consecuencia de una nefasta temporada anterior en División de Honor B que sentenció su descenso. Sin embargo, tal circunstancia no es tan adversa como parece si prestamos atención a la plantilla que conforma ahora el equipo. Especialmente a lo que respecta al juego interior: con la marcha de “Ametralladora” Xavi al CAI Deporte Adaptado Zaragoza, Roberto “Lucky Luck” es el único pivot veterano que queda en el club. David “Modelitos Martel”, pese a su todavía escasa experiencia, progresa adecuadamente e invita a hacer olvidar que aún figuraba en la cantera hace apenas un par de años. Ha sido titular en casi todos los partidos. Se espera que Rubén “Fontanero Smith” dé un paso adelante, puesto que ha dado muestras de capacidad e inte-

rés en este deporte suficientes como para hacerlo. Por su parte, Michael “Sargento Barracus” no ha formado parte de la plantilla esta temporada, mientras que la última incorporación al equipo de competición, Sergio “Doctor Taladro” Llácer, sigue escuchando los consejos de los compañeros más veteranos, amén de disponer ya de sus minutillos de juego en los partidos oficiales. Ahora comete los errores propios de un novato, como es lógico, pero se advierte en él un potencial cuya eclosión hará de él un jugador a tener en cuenta. Sólo es cuestión de tiempo.

Por motivos de carácter eminentemente económico, la configuración de esta liga 2012-2013 ha albergado un menor número de jornadas que de costumbre. Con ello, la agenda de los equipos ha adelgazado de forma palpable, lo cual ha supuesto, a su vez, un alivio para sus cuentas corrientes debido a la reducción del volumen de gastos en concepto de desplazamientos. Dada la coyuntura económica actual, a pesar del coste baloncestístico que conlleva, no es una mala

decisión por parte de la FEDDF. Más bien al contrario, si tenemos en cuenta las lamentables disoluciones en plena competición del E.M. Vistazul Dos Hermanas (Sevilla) y del BSR Marbella, equipos ambos de División de Honor B, propiciadas por la falta de financiación. En este marco no extraña, por tanto, que asiduamente se hayan pactado cambios de fechas de partidos entre equipos de distintas comunidades autónomas con objeto de amortizar los costes de los viajes. Por ejemplo, tanto el C.B. Sureste Telde Gran Canaria como el Deporte Adaptado Bahía de Cádiz aprovecharon sus vuelos a la Comunidad Valenciana para unificar en un mismo fin de semana sus partidos frente a los Rangers, en Valencia, y frente al CDM Elche, en tierras ilicitanas.

Pero hablemos de los Rangers. Fueron asignados al Grupo del Sur junto con el CDM Elche, el Cáceres BSR, el Cocemfe Oretania Puertollano (Ciudad Real), el C.D. Hercesa (Alcalá de Henares), el C.B. Sureste Telde Gran Canaria y el Deporte Adaptado Bahía de Cádiz. Han terminado en quinta posi-



ción con un balance de cuatro victorias y ocho derrotas, estos, sin acceso a las eliminatorias de ascenso a División de Honor B (reservadas a los dos primeros clasificados de cada grupo), de manera que la próxima temporada seguirán compitiendo en Primera División. Los promedios de puntos anotados y encajados por partido han sido de, respectivamente, 44'1 y 45'1, con un diferencial absoluto de -12 puntos. Cifras sensiblemente mejores que las del año pasado, sí (no se olvida aquel horroroso -404...), pero que en realidad son un reflejo parcial e incompleto de lo que se ha visto sobre la cancha. Y es que, en líneas generales, la

buena labor en materia defensiva rara vez se ha visto correspondida en ataque, pese a disponer en no pocas ocasiones de varias oportunidades de tiro merced a la captura de rebotes ofensivos. Por no hablar de la cantidad de balones perdidos como consecuencia de malas decisiones de pase. La conjugación de todo ello empuja a pensar que bastantes derrotas se han debido más a deméritos propios que a méritos ajenos. Sin que esto se malinterprete en ningún momento como un menosprecio al resto de equipos, que quede bien claro.

No obstante, los resultados no sólo se explican de este modo:

la prematura lesión de Carlos “Mr. Volleyball” también ha condicionado el rendimiento del equipo. “El vigilante de la playa” sufrió una dura caída en noviembre en Elche que le ha apartado de las canchas hasta la última jornada de liga, en febrero. Naturalmente, la incidencia de la baja de uno de los puntales del equipo se acentúa en mayor medida cuando éstos son más bien pocos. Y si tenemos presente, además, que Roberto “Lucky Luck, el pistolero más rápido del Oeste” ha estado arrastrando lesiones continuamente desde el verano pasado, entenderemos que la plantilla actual difícilmente

podía dar más de sí. Que el mismísimo Fernando “Coronel Trautman” se viera obligado a entrar en cancha en Cáceres y Cádiz, sencillamente porque no disponía ya de más jugadores, es un detalle que habla por sí solo.

¿Y la cantera? ¿Qué hay de la cantera? Como respuesta a esta pregunta, bien valdría el sonido de un grillo en medio de la noche: aun tomando en consideración la tímida incorporación en enero de dos nuevos jugadores, Toni y Dani, lo cierto es que la actividad de la cantera ha sido completamente nula. De momento, y aunque su

asistencia a los entrenamientos es muy intermitente, ambos trabajan aislados de los veteranos con objeto de aprender cuanto antes a desenvolverse en la silla de juego, tanto con balón como sin él.

Y ahora, ¿qué? La temporada 2013-2014 no dará comienzo hasta octubre, lo que implica un periodo de inactividad oficial de, atención, siete meses. Hasta entonces, salvo que haya novedades, la única fecha resaltada en el calendario del club es la de la exhibición anual que organiza el gran Fran “Supergente 86” Chordá en Tavernes

de la Valldigna en septiembre, que formará parte ya de la pretemporada del nuevo curso. De ahora en adelante, hasta julio, los Rangers mantendrán su horario habitual de entrenamientos. Porque un auténtico guerrero siempre mantiene afilada su katana, aun cuando jamás la utilice sin un motivo justificado.

Muchas gracias por vuestra atención.

**Alejandro Asensi**



## Amistad, comunicación: reflexiones.

Los humanos somos seres sociales por naturaleza y tenemos, como consecuencia, la necesidad de comunicarnos. A pesar de que la individualidad es una de nuestras características, necesitamos y buscamos la relación con los demás para desarrollarnos como persona.

La amistad, tener amigos y ser

interpersonales más frecuentes que la mayoría de las personas tiene en la vida. Va surgiendo en las diferentes etapas de la vida y en distintos grados de importancia y transcendencia. La amistad nos proporciona la posibilidad de compartir experiencias, conocimientos, proyectos, problemas, inquietudes, sueños, fracasos siendo necesaria la confianza mutua.



amigo, supone un tesoro que poseemos y que no siempre se sabe valorar.

La amistad es una relación afectiva entre dos o más personas y es una de las relaciones

Desde nuestro nacimiento pertenecemos a un medio socio-cultural y estamos en constante relación con otras personas durante toda nuestra vida.

Como seres sociales necesitamos comunicarnos, dar a conocer nuestras ideas. La sociedad se sostiene en base a la comunicación, no hay sociedad sin comunicación ni comunicación sin sociedad.

La comunicación es el proceso más importante de la interacción humana, pero también es compleja ya que cada uno interpreta la realidad según sus propias ideas, su particular interpretación y percepción.

La conversación es un factor esencial en la comunicación.

En demasiadas ocasiones tenemos la costumbre de hablar y hablar sin prestar la debida atención a la otra persona que esta junto a nosotros y que desea comunicarnos algo y que puede ser importante para ella. Por lo tanto es muy importante aprender a escuchar, dejar hablar a los demás y así hacer que fluya una buena intercomunicación, un aprendizaje, crecimiento y respeto mutuo.

A lo largo de la vida conocemos a otras personas y algunos se convierten en amigos; casi siempre les conocemos de forma imprevista y como con-



secuencia de compartir: gustos, aficiones, ideas, religión, costumbres, trabajo, deportes, otros amigos y una lista tan larga como queramos.

No siempre resulta fácil mantener los amigos. En cualquier caso se necesita una buena relación, un cuidado y contacto frecuentes, para mantener la amistad en óptimas condiciones. La distancia no puede ser un obstáculo ni motivo de enfriar o perder la amistad, bastan unos minutos para saludar, preguntar, demostrar nuestro interés y saber que hay alguien con quien poder hablar aunque sea en la distancia. En la actualidad

y gracias a las nuevas tecnologías se puede estar en lugares lejanos del planeta y al mismo tiempo estar comunicandonos, sintiendo la cercanía que fluye de una calidad relación de amistad.

Hacer nuevos amigos es abrir horizontes.

Una amistad sana es un valor esencial en nuestras vidas. Pero también la amistad con la persona equivocada puede ser el origen de muchos quebraderos de cabeza.

Necesitamos la comunicación para desarrollarnos en la vida diaria, en el trabajo, para satisfacer necesidades, fortalecer el sentido de identidad, intercambiar de información, desarrollar relaciones así como mantener o aumentar la autoestima.

La comunicación no solo es una agradable conversación que incluso puede ser superficial. Comunicarse significa transmitir nuestros puntos de vista, la manera de sentir, con la sinceridad de las palabras, consiguiendo un intercambio real de pensamientos que enlazan con la comprensión y entendimiento.

Desde mi punto de vista son esenciales la confianza, la sinceridad, el respeto, la valoración del otro, la humildad.. Para mantener una sana y fructífera amistad. Es importante también ese hablarse sin palabras, el respeto de los silencios, el contacto físico de una mano que te acaricia, unos brazos que te estrechan.

Hay amigos que son tesoros y como tales hay que cuidarlos, mimarlos, conservarlos y valorarlos.

Muchas veces vamos dejando las cosas para mañana, para otro momento sin darnos cuenta que mañana puede ser tarde. Pedir disculpas y perdón si es necesario, es más sencillo que vivir con dudas o rencor.

Para todos los amigos que he ido cosechando a lo largo de este caminar que es la vida, mi cariño y un beso. Y para los que se han ido quedando en el camino mi recuerdo y cariño.

**Amparo Solaz**



Ahora, él puede decidir  
... para ir a trabajar con confianza

Peristeen®

Para controlar y predecir la evacuación intestinal

El estreñimiento y la incontinencia fecal pueden tener un impacto significativo en la calidad de vida impidiendo realizar actividades diarias. Peristeen le puede ayudar a superar estas circunstancias.

Peristeen es una alternativa muy eficaz y muy documentada<sup>1</sup>. Es un sistema de evacuación intestinal para el manejo del intestino y la incontinencia fecal.

Utilizar Peristeen de forma rutinaria, permitirá decidir dónde y cuándo realizar la evacuación intestinal.



Referencia1: Christensen P, et al. Gastroenterology 2006; 131:738-747

[www.coloplast.es](http://www.coloplast.es)

Coloplast, y todas las marcas aquí contenidas son marcas registradas de Coloplast A/S. © 2011/10. Todos los derechos reservados por Coloplast Productos Médicos, S.A.

 **Coloplast**

## INAUGURACIÓN DE LA EXPOSICIÓN FOTOGRAFICA SUBMARINA DE NUESTRO COMPAÑERO JAVIER GASCÓN

El 14 de Marzo de 2013, fue inaugurada la exposición fotográfica submarina de nuestro compañero y socio de Aspaym Comunidad Valenciana, Javier Gascó, vecino de Chilches (Castellón), Parapléjico y usuario de silla de ruedas.

La inauguración de más de 50 fotografías espléndidamente enmarcadas estuvo presidida por los Honorables Consellers D<sup>a</sup> Asunción Sanchez Zaplana Consellera de Bienestar Social y D. Manuel Llombart Fuertes Conseller de Sanidad de la Generalitat Valenciana, ambos mostraron gran interés



por lo allí expuesto y la Consejera D<sup>a</sup> Asunción Sanchez nos estuvo comentando su devoción por la fotografía submarina. Acompañaba a los Consellers la Directora General para las Personas con Discapacidad y Dependencia D<sup>a</sup> Pilar Collado.

Aprovechamos el acto para enseñar a las Autoridades Valencianas el local de nuestra Asociación que realmente reúne las condiciones óptimas para llevar a cabo actividades de este índole y otras que se vayan programando en el futuro de las cuales avisaremos a los socios de Aspaym CV para que puedan participar en ellas y de ellas.

Acudieron al acto un buen número de compañeras y compañeros socios y simpatizantes de la Asociación, así como medios de comunicación interesados en el evento y que después lo difundieron en sus respectivos medios.

La exposición se mantendrá en el local social de Aspaym CV al menos durante 3 meses y cualquier persona in-

teresada en poder disfrutar de estas fotografías puede pasar por la calle Fresas, 10, bajo 3, izda (entrada por Calle Poble Llarga) en horario de mañanas de 10 a 13 horas y podrá observar el trabajo de Javier Gascó, atrevido y super interesante que realiza con su cámara fotográfica y su equipo de buceo.

Javier es una persona amable y cariñosa y siempre está dispuesto a colaborar con nuestra entidad para desarrollar actividades que puedan difundir e incrementar el potencial de Aspaym CV, lo que le agradecemos de corazón todos aquellos que formamos la Junta Directiva, los Trabajadores y la gente que colabora habitualmente con nosotros.

Para finalizar el acto tomamos unos refrescos y tuvimos la oportunidad de charlar un buen rato con los Políticos que estuvieron con nosotros y con los compañeros y compañeras que disfrutaron un rato en el local Social de Aspaym CV, que como sabéis es cedido por el Excmo. Ayuntamiento de Valencia a precario para el uso y disfrute de estas instalaciones

que tanto necesitábamos.

Gracias a todos y sabed que os esperamos no sólo para ver la exposición, que es muy interesante, sino también para que conozcáis el local y participéis de las actividades que vamos programando.

**Valencia, Marzo 2013**

**Pepe Balaguer (Presidente de Aspaym CV)**

## Juan José Conca

Principios de 2012. Invierno. A la salida de un partido de liga disputado en el Malvarrosa Center de Valencia, observo a Javi "Scoooooottie": conversa de forma distendida con un hombre de edad similar a la suya. Ambos sonríen constantemente. Mi sentido arácnido me comunica que son viejos conocidos y que están recordando viejas batallitas. Y, en efecto, está en lo cierto: "mira, Alejandro, este crack es Conca; él también jugaba hace muchos años". Juan José Conca Barbe-

rá. Las inevitables bromas referentes a un hipotético regreso a las canchas se suceden, mientras él se limita a responder con sonrisas evasivas. Pero haber presenciado ese partido había calado más hondo en él de lo que parecía. Sentarse en la grada del Center había sido suficiente para despertar su apetito de baloncesto. Así se entiende que se presentase ya en el pabellón en el primer entrenamiento inmediatamente posterior a ese encuentro. Me alegró verle de nuevo frente a una ca-



Coloplast® Care  
Urology & Continence Care  
Wound & Skin Care

Coloplast, es una marca registrada de Coloplast A/S.  
Hóbeden 1 - 3520 Lunedej - DK - empresas asociadas. © 2012.  
Todos los derechos reservados por Coloplast Products Medical, S.A.

**Coloplast**  
Coloplast Productos Médicos, S. A.  
Corredor de Valencia, 5 - 4ª planta  
23027 Madrid, España  
Tel 91 514 10 02 - Fax 91 514 14 02  
www.coloplast.es



nasta y consideré oportuno escribir sobre él en esta revista. Conozcamos su trayectoria en el mundo del deporte adaptado.

En 1974, paseando por el colegio Los Jesuítas de Valencia, sito en la pista de Ademuz, nuestro amigo vio un grupo de jóvenes que llamó poderosamente su atención: practicaban baloncesto en silla de ruedas. Atraído, se acercó a hablar con el responsable, quien al instante le invitó a unirse a ellos, dado que estaba reclutando jugadores para formar un nuevo equipo. Ese hombre era Julio Galindo, el pionero del baloncesto adaptado en Valencia. Conca accedió en el acto. Y así asistió al nacimiento del Cludevam (acrónimo de Club Deportivo Valencia Minusválidos), al que más adelante seguirían los del Lladró, S.A. y del C.D. Avant.

Tan sólo un año después, en 1975, el equipo participó ya en el V Campeonato Adaptado de España de Slalom celebrado en Sevilla, en el que se dieron cita también los conjuntos de Virgen del Rocío, Francisco Franco, Anic A Anic B y el Palmeral de Elche.

El periodo comprendido entre 1976 y 1987 amplió el horizonte deportivo de nuestro protagonista: el atletismo, en especial el lanzamiento de jabalina, se cruzó en su camino. Sin dejar de lado el baloncesto, participó



en pruebas de 100 x 100, 4 x 100 relevos y jabalina. Se clasificó en 100 x 100 y jabalina para el Campeonato de España que acogió la ciudad de Zaragoza en 1976. Posteriormente, quedó tercero en jabalina en Burgos y segundo en Madrid tanto en 100 x 100 como en 4 x 100 relevos. Todo ello, como decimos, sin perder de vista las

canastas: formó parte del Cludevam durante seis años, del C.D. Avant alrededor de dos y, por último, del Lladró durante dos años más, con el que disputó dos finales de la Copa de la Reina.



En 1987, por circunstancias de trabajo y contra su voluntad, se vio obligado a alejarse de las canchas indefinidamente. Más tarde, los tres equipos valencianos (que no el Palmeral de Elche, el más longevo de la Comunidad Valenciana) acabarían sucumbiendo al paso del tiempo. De entre sus cenizas emer-

gería, en 1988, un nuevo club en Xirivella, el C.B. Valencia, actualmente conocido como C.B. Rangers. Nuestro querido C.B. Rangers. Como sabemos, en él milita Javi Ruiz, el gran "Sooooottie", un crack de 237 kilates de quien merece que se hable aparte. Él ha constituido el punto de contacto de Conca con los Rangers. De modo que, a sus 56 años, Conca ha vuelto a adentrarse en el mundo del baloncesto en silla de ruedas. Ciertos problemas de salud han interrumpido temporalmente su regreso, pero no serán impedimento para que vuelva a sudar en el Malvarrosa Center tan pronto como le sea posible. Que así es como se le quiere ver, por supuesto.

**Alejandro Asensi**

## Pádel para todos

El pádel es un deporte que ha venido creciendo en número de practicantes e instalaciones, siendo en la actualidad uno de los más populares. Las claves de este éxito radican en que su práctica resulta divertida, fácil y es propicia para todos con independencia de edad y sexo.

Esta tendencia ha alcanzado al ámbito del denominado Deporte Adaptado. Hoy día podemos hablar de instalaciones deportivas dotadas de canchas de pádel y con condiciones de accesibilidad adecuadas para las personas con discapacidad,

y de un reglamento de pádel adaptado. En estas líneas vamos a centrarnos en aquellos aspectos del pádel adaptado que hacen referencia a los deportistas en sillas de ruedas, aunque hay otros requisitos recogidos en el reglamento según los Niveles diferentes de discapacidad funcional.

En cuanto a las características de las pistas adaptadas para practicantes en sillas de ruedas, el reglamento señala que las dos aberturas laterales de acceso deben de tener un mínimo de 1,05 metros para permitir la entrada directa de las sillas.



Además, no deberá existir ningún obstáculo físico fuera de la pista en un espacio mínimo de 2 metros de ancho, 4 metros de largo a cada lado y un mínimo de 2 metros de altura contados desde la red. Por supuesto, y sin ser una cuestión recogida en el reglamento, a las instalaciones deportivas que albergan canchas de pádel adaptado se les debe exigir el cumplimiento de las normas y recomendaciones de accesibilidad en cuanto a itinerarios, vestuarios, baños,...

En el entorno de Valencia existen instalaciones con pistas de

pádel, por ejemplo en Paiporta, Alboraya y Manises, donde se puede jugar al pádel con silla de ruedas, aunque no son exactamente pistas adaptadas se puede jugar al pádel adaptado, lo que sí podemos destacar es que sus instalaciones son accesibles en lo que se refiere a vestuarios y cuartos de baño.

Refiriéndonos a las reglas del juego, en el pádel adaptado para sillas de ruedas podemos destacar estos puntos específicos:

- Saque: el jugador deberá tener en el inicio del saque





la rueda o ruedas delanteras de la silla por detrás de la línea de saque, y se colocará entre la línea central y la pared lateral. Por otra parte, en el saque, el jugador deberá golpear la pelota por debajo de sus hombros. En el momento del servicio, el jugador no podrá cambiar de posición por medio de movimientos o giros. El primero de los botes permitidos debe producirse en el área de servicio.

- Resto: el jugador que resta deberá esperar a que la pelota bote dentro de su área de servicio y deberá golpearla

antes del tercer bote. Si el jugador que resta o su compañero les golpea la pelota en el cuerpo o en la silla, o la toca con la pala, antes de que hubiera botado, estando dentro de la zona de saque, se considerará tanto del jugador al servicio. Si esto ocurre, pero fuera de la zona de servicio, se considerará 'let' y se repetirá el servicio.

- Punto perdido: una pareja pierde el tanto si las nalgas del jugador que golpea la pelota no están en contacto con el asiento de la silla de ruedas. Si el jugador cae de la silla, des-

pués de golpear la pelota, debe volver a la silla antes de realizar el siguiente golpe. El compañero puede seguir disputando los puntos mientras se vuelve a sentar el que sufre la caída.

senta graves problemas que hacen imposible o inconveniente proseguir el juego.

**Fuentes: Reglamento de pádel adaptado. Asociación Pádel para todos.**

- Silla de ruedas: para prevenir el deterioro de la pista se deja a criterio del director del torneo o del comité el establecer algunas condiciones respecto al material (protección de reposapiés, salientes de la silla,...). Se puede autorizar la suspensión temporal del partido si por circunstancias ajenas al jugador la silla de ruedas pre-

## SILLAS DEPORTIVAS PARA PADEL ADAPTADO

**ORTOPRONO**  
Especialistas en bienestar

ligeras y resistentes  
estables y rápidas en el giro  
gran número de opciones y accesorios  
se ajustan a las necesidades del usuario



**MATCH POINT**  
titanio



**TOP END T-5 ELITE**  
aluminio



Central:  
C/ Félix Pizcueta, 10  
46004-Valencia  
Tel. 96 353 03 09

COMUNIDAD VALENCIANA  
ARAGÓN - MADRID  
CASTILLA LA MANCHA

www.ortoprono.es  
902 30 50 70

## COSAS DE LA VIDA

Shakespeare puso la siguiente reflexión, en boca de Macbeth, sobre la fugacidad de la vida:

“ ¡ Apágate, apágate fugaz candelita ! La vida sólo es una sombra que camina; un actor que se contonea y consume su turno en el escenario, y luego no se oye más. Es un cuento contado por un idiota, lleno de sonido y furia, que no significa nada.”

Seguramente cada uno de nosotros tiene una manera de ver la vida y hasta de ver su vida misma.

Mi hermano Fermín dice: que la vida es una tarjeta de créditos que se te entrega al nacer y que con el transcurrir de los años, debido a las enfermeda-

des, accidentes y otros avatares vas gastando y que a su vez el buen hacedor te va rellenando hasta que este considera que se te acabaron los créditos y no te la recarga más y te acoge en su seno.

Yo pienso que la vida es algo parecido a una carrera de obstáculos que vas superando día a día; desde que eres un bebé y gateas y aprendes a andar. Cuando eres un zagal y en la pubertad y en la mocedad. Cuando te pones enfermo o te accidentas. Así hasta que llega el obstáculo que no puedes superar y ahí te quedas

Cosas de la vida.

Una buena carrera de obstáculos es la vida de los paraplé-



jicos en la que además de las complicaciones de la vida misma, como le sucede a cualquier otra persona, nos encontramos con las barreras arquitectónicas que tanto nos fastidian.

Cosas de la vida

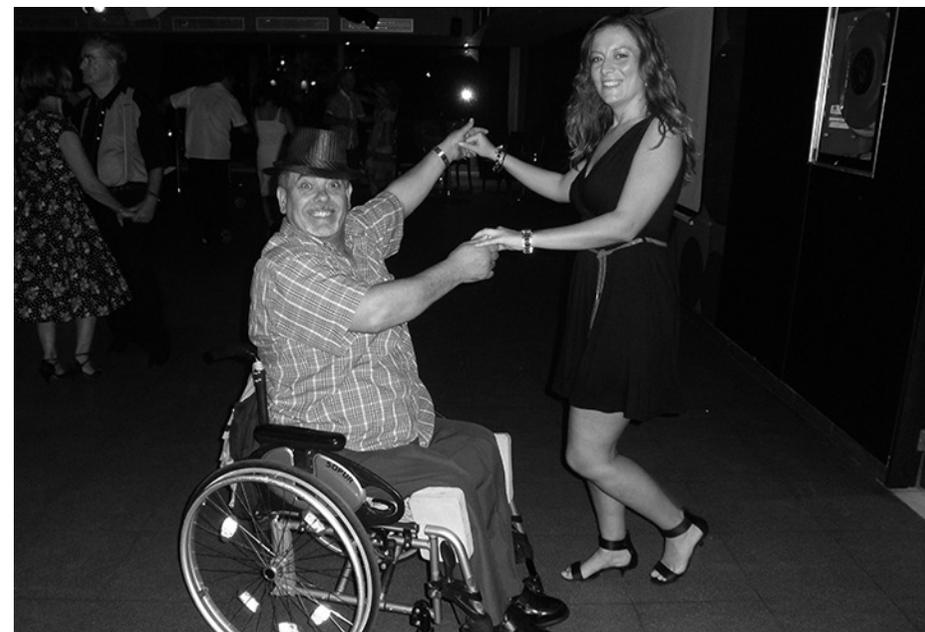
El 25 de febrero cumplí 64 años y el 31 de marzo del presente año 2013 cumpla 43 años de parapléjico; dos vidas diferentes, una de 21 años y otra de 43, pero no tan distintas entre sí. Mas o menos como las de todos los parapléjicos y en las que he disfrutado mucho, y pienso seguir haciéndolo, y en las he trabajado y sigo trabajando mucho; quizás demasiado.

Los que me conocéis sa-

béis mi manera de ser; pues de esa manera he sido siempre y lo único que, en la pubertad y en la mocedad, me acomplejaba era cuando algún chulillo me decía botijoso; ó lo que es lo mismo: tartamudo.

Cosas de la vida.

Los voy a contar lo que me pasó un día, cuando yo tenía por los 15 años, con un policía municipal, que también era tartamudo. Resulta que fue a la tejería –industria donde se fabrican ladrillos- donde yo trabajaba a denunciarnos, a varios de los que trabajábamos allí, porque le dijeron que habíamos sido nosotros los, que la tarde anterior jugando al fútbol rom-





pimos las farolas de la plaza de las Ventas. Él que tartamudeaba al insistir en culparnos y yo que tartamudeaba negándole la autoría, como era la verdad, se pensó que me burlaba de él y me amenazó con pegarme con la porra; cosa que hubiese hecho de no haber sido por el Duende, nuestro encargado, que intercedió por mí. Aunque ya fuera por lo que fuera; lo cierto es que aquel guardia de nombre: Manuel Morató nos denunció a: Popotitos, Boñigo, Marciano, Estiercol, Codoñate y a Bledica, que era yo, por romper las farolas que no habíamos roto y cada uno de nosotros tuvimos que pagar una multa 25 pesetas en el ayuntamiento.

Unos diez años después; unos guardias civiles, con los que me enfrenté en una manifestación, también me quisieron pegar con la culata de sus armas y así lo hubiesen hecho de no haber sido por otro guardia civil que me defendió colocándose entre ellos y yo.

Cosas de la vida.

Aunque parezca, sobre todo cuando eres joven, que la vida transcurre con lentitud; lo cierto es que los años pasan rápidamente. Tan rápida pasa la vida que a la que das cuenta estas rozando la ancianidad. Durante la vida se tienen muchas ilusiones y casi otras tantas desilusiones. Durante la vida te diviertes y por supuesto te aburres. Durante la vida te enamoras y

desenamoras. Tienes novia. Te emparejas. Enjambras. Tienes hijos y tal vez nietos. Siempre que vallamos cumpliendo años; en la universidad de la vida son muchas las experiencias que vamos acumulando y esas experiencias nos enseñan a ir adaptándonos día a día; cosa que a veces es harto difícil.

Cosas de la vida.

Además de estar con la familia y los amigos, comer, enjambrar, la broma, hacer fotos, trabajar y no achantarme ante nada ni nadie. Lo que más me gusta en mi vida es escribir. Y

aunque a veces soy algo impúdico (Bueno casi siempre muy impúdico) me gusta escribir sobre todos los temas y aquí estoy una vez más escribiendo para nuestra revista. Espero que no los hayáis aburrido mucho leyendo este escrito.

Buenas fiestas josefinas a todos y felicidades a los-las y Pepes y Pepas, Josés y Finas.

Cosas de la vida.

**Luis Escribano Arellano**  
**(Por parte de madre)**  
**En Buñol a 14 de marzo**  
**de 2013**

**SOTOS**  
**ORTOPEDIA**

...más de 100 años mejorando  
 tu calidad de vida.

- . Gabinete Ortoprotésico
- . Servicio de Asistencia al Minusválido
- . Ayudas Técnicas y Geriatría

. TELÉFONO DE ATENCIÓN AL CLIENTE:  
 902 430 809

- . [www.sotosortopedia.es](http://www.sotosortopedia.es)
- . [sotosortopedia@sotosortopedia.es](mailto:sotosortopedia@sotosortopedia.es)

**CENTRAL**

C/ Cuenca, 3 y 5  
 46007 VALENCIA

**S U C U R S A L E S**

Pl. Poeta Salvador Rueda  
 (junto Hospital "La Fe")  
 46009 VALENCIA

Avda. Estación, 5  
 46340 REQUENA

C/ Maestro Albéniz, 5  
 03202 ELCHE

C/ Capitán Pallarés, 3  
 46500 SAGUNTO

C/ Doctor Vicente Altava, 4  
 12004 CASTELLON

## MI EXPERIENCIA EN ASPAYM C.V.

Como alumno en prácticas de Trabajo Social, en Aspaym C.V. he encontrado un nuevo mundo a explorar y en donde aprender muchísimas cosas sobre la Diversidad Funcional, entendiendo el concepto como un término alternativo al de “discapacidad” que ha sido a iniciativa de las propias personas afectadas, propuesto a través del Foro de Vida Independiente, en Enero de 2005, con la misión de modificar esa terminología peyorativa cargada de connotaciones negativas como “discapacidad” o “minusvalía”. Este nuevo término lleva consigo una visión inclusiva en la sociedad. (Agustina Palacios y Javier Romañach, El Modelo de la Diversidad, 2007, ISBN



978-84-964-7440) Así mismo, lo que observo, es la lucha día a día, para mejorar la vida de las personas que son participes de esta Asociación, con una misión inclusiva y ha-



Comunidad Valenciana

c/Fresas, 10 Bajo 3 Izquierda  
(entrada por “C/pobla llarga”)  
46020 Valencia

Teléfono y Fax: 96 366 49 02  
www.aspaym cv.com

### Horario:

Mañanas:

**lunes a viernes de 9 a 14**

info@aspaym cv.com

ciendo todo lo posible para facilitar la vida a las personas, dentro de sus propias diversidades. La visión que obtengo, es muy positiva, ya que me sorprende realmente de lo que las personas con una diversidad física superior al 65% pueden llegar a hacer, como el caso de Javier Gascón, que realiza fotos submarinas, cuya exposición se encuentra actualmente en la sede, recomendable a todos para que vengáis a verla. Por eso mismo desde ASPAYM CV, lo que realmente observo es ver un sinnúmero de capacidades, más que “discapacidades”

como algunos lo nombran, en las que las personas con estas limitaciones físicas pueden desarrollar para obtener un alto nivel de calidad de vida. Por eso agradezco la formación que estoy recibiendo a través de la experiencia en esta Asociación, en cuanto a mi formación como futuro Trabajador Social en pocos meses.

**CARLOS MARTÍ LA PEÑA.  
ALUMNO PRÁCTICAS 4º  
GRADO TRABAJO SOCIAL DE LA UNIVERSIDAD DE VALENCIA.**

arco ortopedia

La calidad por norma

www.ortopediarco.net Telf. 96.265.43.05

## PROGRAMA DE “ATENCIÓN PERSONAL Y VIDA AUTÓNOMA”

Consiste en la prestación de un servicio integral a personas discapacitadas, con un elevado nivel de dependencia, para mejorar su calidad de vida, fomentar la autonomía personal, conseguir la participación del usuario en las tareas a realizar y evitar su institucionalización, teniendo como base fundamental en el desarrollo del programa la participación del usuario en la realización de las tareas.

Para conseguir incrementar el nivel de autonomía personal de los usuarios, es necesario enseñarles a que sean capaces de cuidarse a sí mismos y a las personas que de ellos dependen; a que sean capaces de adquirir, prepararse y consumir una alimentación adecuada; de realizar tareas domésticas, de mantener relaciones satisfactorias con el entorno, haciéndoles comprender que tienen capacidad de dirigir su vida. Se pretende mantener a los usuarios integrados en su medio y que sean miembros activos de su comunidad.

Este programa está dirigido por profesionales cualificados y supervisado por miembros de la Junta Directiva.

Se persigue la profesionalización del trabajador que realiza la atención personal.

Objetivos que se pretenden alcanzar con el programa:

**GENERAL:** Promover la plena integración social y laboral de las personas con discapacidad física.

**ESPECÍFICOS:**

- Fomentar su autonomía personal
- Evitar su potencial internamiento en instituciones
- Fomentar el uso de ayudas técnicas
- Garantizar el acceso a otros recursos y prestaciones sociales
- Mejorar su calidad de vida
- Favorecer el desarrollo de sus capacidades sociales y personales
- Fomentar la integración laboral
- Potenciar el desarrollo de habi-

lidades sociales

**FUNCIONES DE LAS ASISTENTAS:**

- PRESTACIÓN PERSONAL
  - Aseo personal
  - Vestir/desvestir
  - Acompañamiento dentro del hogar
    - Ayudar en la preparación de comidas
  - Acompañamiento en la realización de tareas, actividades, gestiones en el entorno inmediato (centro médico, hacienda, caja de ahorros, supermercado...)
- AYUDA DOMÉSTICA

-Limpieza del lugar en que se encuentra habitualmente dentro de la vivienda (habitación del usuario, W.C.)

- Preparar la ropa necesaria para su vestimenta
- Planchar
- Tender ropa

Si deseas obtener más información ponte en contacto con nosotros, en Aspaym Comunidad Valenciana calle Fresas 10 bajo , 3º izquierda 46020 Valencia. Teléfono 963664902

**RAQUEL RODRÍGUEZ,  
Trabajadora social**



## INTIMATERIDER. UNIENDO PAREJAS

**B**uenas, soy Jaime Serrano, lesionado medular, socio de Aspaym C.V. desde hace tres años y fundador de Technical Help Spain. Después de nuestra visita a las instalaciones de Aspaym C.V. y mostrar Intimaterider al personal que la compone, nos complace poder presentaros a vosotros, los socios, de manera oficial el producto. Intimaterider es para la mayoría un producto desconocido, pero a la vez muy interesante ya que a mi particularmente me dejo bastante impactado cuando lo descubrí de

casualidad. Intimaterider es una silla que proporciona mayor movilidad a personas con discapacidad o algún otro problema físico a la hora de tener relaciones sexuales, ya que por lo menos los usuarios de silla de ruedas estamos bastante limitados en este tema. El movimiento es muy natural y muy suave gracias a su sistema de rodamientos. Comenzar a mover no requiere ningún esfuerzo, este sistema nos permite controlar la carencia y el empuje que queremos y a mi parecer, se asemeja el mantener una relación en esta situación a lo más parecido posible a antes de sufrir la discapacidad.

Esta diseñada por una persona tetrapléjica con una lesión a nivel C6-C7 con el movimiento de brazos limitado. No cuenta con motor, sólo es necesario el movimiento del torso ó incluso de la cabeza para generar el impulso necesario. Para personas tetrapléjicas con limitaciones en el movimiento de brazos que utilicen ó no tabla de trans-



ferencia no deben tener demasiada dificultad para utilizarlo, también cabe indicar que cuando lo utilices no estarás solo así que tu pareja podrá ayudarte a la hora de transferirte.

Se compone de una estructura móvil de acero con el sistema de rodamientos que le confiere un centro de gravedad bastante bajo, es bastante complicado volcarlo. Dispone de patas de goma antideslizante que junto al centro de gravedad bajo proporciona mucha estabilidad tanto a la hora de utilizarlo como a la hora de realizar la transferencia.

Para poder completar la experiencia y poder obtener el mayor partido, Intimaterider dispone de accesorios. Ridermate es un accesorio a modo de hamaca diseñado junto a Intimaterider

para poder realizar diferentes posiciones. También dispone de otro accesorio que es un cojín para las personas que deben tener un especial cuidado con las zonas de presión. Otro accesorio llamado Ridermate Deluxe en un conjunto de dos cuñas que utilizadas juntas sería muy parecido a Ridermate pero que en el caso de que la mujer tenga la discapacidad, utilizando una de las cuñas les ofrecerá un mayor apoyo y distintas posiciones en la cama. Ridermate.

\* Incluye kit para regulación de altura. Con el kit colocado se puede variar la altura desde 39 á 43cm.

Desde Technical Help Spain recomendamos la compra de Intimaterider junto con Ridermate. Disponemos de un pack llama-



	Especificación	Medida (cm)
A	Altura total	73.6
B	Anchura lateral entre patas	52
C	Altura del asiento al suelo	42
D	Altura del respaldo	38
E	Anchura total entre patas	54.6
F	Anchura del asiento	51
G	Profundidad del asiento	23
H	Altura de la silla plegada	84
I	Anchura de la silla plegada	19



do "Intimate Plus" que se compone de Intimaterider + Ridermate + cojín y que en nuestra web se vende a un precio de 825€ iva incluido. No obstante todos estos

productos también se pueden obtener en vuestra ortopedia habitual.

Cuando no utilices Intimaterider y Ridermate, puedes guardarlo en cualquier lugar, detrás de una puerta o en un armario, ya que se pliegan muy fácilmente y ocupan muy poco espacio.

Toda esta información la podéis ampliar en nuestra página web [www.spainth.es](http://www.spainth.es) donde podréis ver nuestro video promocional y también os invitamos a que leáis el artículo que publicaron en [www.adaptado.es](http://www.adaptado.es) donde probaron una unidad que les suministramos.

Unas de las cosas que me ha llevado a emprender esta aventura comercial y que os esté escribiendo este artículo es que me sorprendió mucho que gente que lleva en silla de ruedas muchos más años que yo no supieran de la existencia del producto. Quiero que de mi

descubrimiento se beneficie mucha más gente y creo que este producto le va a dar mucha satisfacción a muchas parejas igual que me lo está proporcionando a mí.

Yo tengo una lesión medular a nivel dorsal D4-D5 sufrida en un accidente de tráfico y desde el primer momento he buscado tener la mayor calidad de vida posible. Me considero una persona bastante inconformista, curioso y me gusta conocer las cosas por mí mismo. Por estos motivos he ido descubriendo todo esto, todo nuevo descubrimiento lo iremos añadiendo a nuestro catálogo e intentaremos que llegue a la mayoría de la gente.

**Jaime Serrano Puig**  
**Fundador de Technical Help Spain**



**TECHNICAL HELP SPAIN**  
[www.spainth.es](http://www.spainth.es)  
[info@spainth.es](mailto:info@spainth.es)  
654316088

## INFECCIÓN URINARIA

**¿Qué es una infección urinaria?**

"Existencia de gérmenes patógenos en la orina"

- Prostatitis
- Litiasis(cálculos)
- Otras causas

### Consejos para evitarla

### Infección

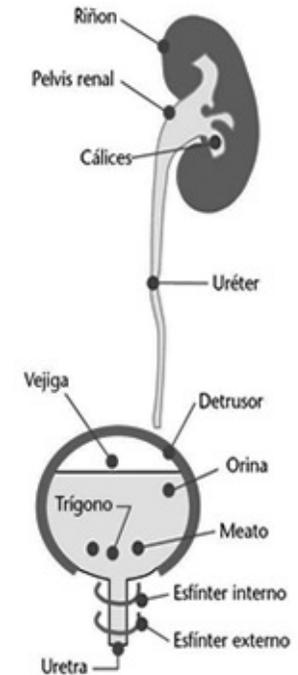
- Con Síntomas
- Tratamiento
- Sin Síntomas
- No Tratamiento

### Síntomas

- Necesidad frecuente de orinar
- Fiebre
- Sangre en orina
- Dolor al orinar
- Malestar general
- Orina turbia o con mal olor
- Aumento de los espasmos
- Otros

### Causas

- Residuo miccional
- Fimosis valoración



- Mantener buenos hábitos higiénicos y miccionales.
- Evitar estreñimiento
- Beber suficientes líquidos

## Consejos para evitarla

- Mantener control horario de cateterismo
- Evitar automedicación
- Evitar bebidas alcohólicas, gaseosas, la cafeína, el tabaco,...

## Cateterismo vesical intermitente

- Cateterismos
- Auto cateterismos
- Cateterismos Asistidos

## Cateterismo vesical intermitente

Pasos a seguir (en ambos):

1. Preparación del material
2. Lavado de manos
3. Elección de la sonda
4. Lavado de genitales

Cateterismo vesical intermitente

5. Lavado de manos
6. Sondaje
7. Vaciado completo de la vejiga
8. Retirada de sonda
9. Lavado de manos

**Vicen Llesma**  
**Susi Illueca**





## **NO MÁS ACCIDENTES EN SU BAÑO**

*"confianza y seguridad"*



**ADAPTAMOS LA CASA A  
TUS NECESIDADES**

En ITEAC cada vez somos más conscientes de las necesidades de las personas con limitación de movilidad, bien sea por discapacidad, envejecimiento, enfermedades degenerativas ó accidentes. Por eso le ofrecemos soluciones rápidas y cómodas para cada situación.

Nuestras necesidades cambian con el tiempo y hay que adaptar la casa a las nuevas circunstancias eliminando barreras arquitectónicas, tales como puertas estrechas, escalones, etc... Hoy en día, ITEAC está especializada en la adaptación o adecuación funcional básica de viviendas para promover el papel activo de nuestros seres queridos.

**Cambio de bañera por plato de ducha antideslizante.  
Adecuación de bañera para grúa.  
En el mismo día y sin obras molestas para usted.**

**Presupuestos gratis y sin ningún compromiso**

**Teléfonos de información 657.988.164 - 608.650.816**