



FUNDACIÓ  
INSTITUT GUTTMANN

# SOBRE RUEDAS

55

Publicació quadrimestral d'informació específica per al lesionat medul·lar i altres grans discapacitats físics.  
Publicación cuatrimestral de información específica para el lesionado medular y otros grandes discapacitados físicos.

## XX JORNADAS CIENTÍFICAS SOCIEDAD ESPAÑOLA DE PARAPLEJIA

---

FORO DE VIDA INDEPENDIENTE

---

VIAJES: CRUZANDO EL  
CANAL DE LA MANCHA

---



**Han col·laborat en aquest número:**

- Rosó Cangròs Sayos
- Jordi Chueca Abancó
- Josep M<sup>o</sup> Escofet Pérez
- Matilde Febrer Basil
- Maite Inglés Mas
- Anna Monllau Escola
- Ernet Ribé Barberan
- Cristina Rodríguez-Porrero Miret
- Bárbara Vidal Gaya
- Joan Vidal Samsó
- Institut Municipal de Persones amb Disminució (Aj. de Barcelona)
- Turisme de Barcelona

Fotos i Il·lustracions:

**Arxiu Guttmann**

**Centre Excursionista de Catalunya**

**CENHID**

**Ernest Ribé**

**Parc de Vallparadís**

Il·lustracions pàg 7-9

**Codi d'accessibilitat de Catalunya**

Editat pel **Departament de Benestar i Família**

**Generalitat de Catalunya**

Secretaria i publicitat:

**ANNA MONLLAU ESCOLA**

Direcció:

**MERCÈ CAMPRUBÍ i FREIXAS**

Edita:

**FUNDACIÓ INSTITUT GUTTMANN**

**Adreça Nou Hospital:**

Camí de Can Ruti, s/n

08916 Badalona

Tel. 93 497 77 00

www.guttmann.com

e-mail: institut@guttmann.com

- Donem les gràcies a totes les persones que han fet possible la publicació i difusió d'aquesta revista.
- *Damos las gracias a todas las personas que han hecho posible la publicación y difusión de esta revista.*
- Els escrits publicats amb signatura i les respostes a les entrevistes expressen exclusivament l'opinió dels seus autors.
- *Los escritos publicados con firma y las respuestas a las entrevistas expresan exclusivamente la opinión de sus autores.*

Dipòsit Legal: B-35.984-1989

Pre-impresió: Gumfaus SL

www.gumfaus.com

**EDITORIAL** 1

**CONGRESOS**

- XX Jornadas Científicas de la Sociedad Española de Paraplejia 2
- FORUM 2004. Aproximación a un acontecimiento de dimensión internacional 5

**ACCESIBILIDAD**

- Avanzar en accesibilidad: Falsas ideas y realidades 7
- Barcelona: Breve inventario de la accesibilidad del transporte público colectivo 10
- Descubrir Barcelona desde el *Bus Turístic* 11
- Vallparadís. Un parque para vivirlo / *Un parc per viure'l* 12

**ACTIVIDADES** 14

**DEPORTE**

- Definición del esquí nórdico o de fondo 15
- Esquí adaptado temporada 2003/2004 16

**VIDA INDEPENDIENTE**

- ¿Qué es el Foro de Vida Independiente? 17
- Congreso Europeo sobre Vida Independiente 18

**EXPERIENCIAS** 19

- Tenis en silla de ruedas
- Playas de Badalona: Un baño de amabilidad

**VIAJES**

- Cruzando El Canal de la Mancha 22

**ASOCIACIONES** 25

**INSTITUT GUTTMANN: IMÁGENES DEL 2003** 26

**LEGISLACIÓN** 31

- Boletín Oficial del Estado (BOE)
- Diari Oficial de la Generalitat de Catalunya (DOGC)



Foto portada:

Esquí nórdico en Lles (Lleida).  
Ver páginas 15 y 16.



## EL 2003: UN ANY MOLT INTENS

Quan rebeu aquest «*Sobre Ruedas*», l'any 2003, declarat «Any Europeu de les Persones amb Discapacitat», ja haurà finalitzat i, probablement, gairebé tothom farà una valoració del grau d'assoliment dels objectius proposats pel Consell de la Unió Europea. Segurament, també s'intentarà d'esbrinar les repercussions concretes de les activitats programades durant aquest Any, en el dia a dia de les persones afectades i de les seves famílies.

Des de la nostra experiència cal dir que hem detectat una atenció més intensa de l'habitual per part dels mitjans de comunicació. Entrevistes, reportatges, articles... han difós la situació de les persones afectades des de diferents angles i han contribuït, creiem, a fer que la ciutadania s'acosti a les repercussions personals i socials de viure amb una discapacitat i les compregui una mica més i millor.

També cal esmentar els diversos i importants fòrums sobre la situació de discapacitat que s'han dut a terme en diferents comunitats autònomes i que han aprofundit en àmbits com ara el de la dona, la família, l'envelliment, el paradigma «vida independent», les noves tecnologies i l'art i la creativitat, entre d'altres.

Igualment, hem observat un notable interès en els representants polítics, autonòmics i estatals, per les inquietuds, necessitats i mancances de les persones amb discapacitat, i això ha donat com a resultat, en l'àmbit català, i entre d'altres iniciatives, la publicació pel Departament de Benestar i Família de la Generalitat de Catalunya del llibre «*Persones amb discapacitat. Una ullada al passat per construir el futur*», una interessant reflexió amb aportacions de representants del sector i experts, que defineix els principals trets de les línies polítiques a emprendre.

Des de la perspectiva estatal, cal destacar la important activitat legislativa d'aquests darrers mesos i l'aprovació per part del Parlament de dues lleis molt rellevants, la **Llei de protecció patrimonial de les persones amb discapacitat** i la **Llei d'igualtat d'oportunitats, no discriminació i accessibilitat universal**. Aquesta darrera, tot i les seves limitacions i manca de concrecions, pot constituir, segons valoració del CERMI, un punt d'inflexió en les polítiques públiques vers les persones amb discapacitat.

Pel que fa a la nostra entitat, a més a més de portar a terme les activitats assistencials, docents, de recerca i de sensibilització habituals, hem col·laborat i organitzat alguns actes que s'han sumat a la dinàmica generada per la nominació de l'Any Europeu. En aquest «*Sobre Ruedas*» us oferim la selecció d'un conjunt d'experiències i realitzacions de les persones afectades, de les entitats i dels estaments socials, amb el desig que la llavor del 2003, amb l'empenta, la il·lusió i el treball de tots, fructifiqui en aquest 2004 i en anys successius. 

## EL 2003: UN AÑO MUY INTENSO

Al recibir este «*Sobre Ruedas*», el año 2003, declarado «Año Europeo de las Personas con Discapacidad», ya habrá finalizado y, probablemente, quién más quién menos hará una valoración del grado de consecución de los objetivos propuestos por el Consejo de la Unión Europea. Seguramente, también se intentará averiguar las repercusiones concretas de las actividades programadas durante este Año, en el día a día de las personas afectadas y de sus familias.

Desde nuestra experiencia hay que decir que se ha detectado una atención más intensa de lo habitual por parte de los medios de comunicación. Entrevistas, reportajes, artículos... han difundido, desde diferentes ángulos, la situación de las personas afectadas y han contribuido, pensamos, a que los ciudadanos se acerquen y comprendan, un poco más y mejor, las repercusiones personales y sociales de vivir con una discapacidad.

También hay que mencionar los diversos e importantes fòrums sobre la situación de discapacidad que se han llevado a cabo en diferentes comunidades autónomas y que han profundizado en ámbitos como el de la mujer, la familia, el envejecimiento, las nuevas tecnologías, el arte y la creatividad, y el paradigma «vida independiente», entre otros.

Asimismo, hemos observado un notable interés en los representantes políticos, autonómicos y estatales, por la inquietudes, necesidades y carencias de las personas con discapacidad. En Cataluña ello ha dado como resultado, entre otras iniciativas, la publicación por el Departamento de Bienestar y Familia de la Generalitat de Catalunya del libro «*Personas con discapacidad. Una mirada al pasado para construir el futuro*», una interesante reflexión con aportaciones de representantes del sector y de expertos, que define los principales trazos de las políticas a emprender.

Desde la perspectiva estatal, hay que destacar la importante actividad legislativa de los últimos meses y la aprobación por el Parlamento de dos leyes muy relevantes la **Ley de protección patrimonial de las personas con discapacidad** y la **Ley de igualdad de oportunidades, no discriminación y accesibilidad universal**. Esta última, y a pesar de sus limitaciones e inconcreciones puede constituir, según valoración del CERMI, un punto de inflexión en las políticas públicas hacia las personas con discapacidad.

En lo que se refiere a nuestra entidad, además de llevar a cabo las actividades habituales en asistencia, investigación, docencia y sensibilización, hemos organizado y colaborado en algunos actos que se han sumado a la dinámica generada por la denominación del Año Europeo. En este «*Sobre Ruedas*» os ofrecemos la selección de un conjunto de experiencias y realizaciones de las personas afectadas, de las entidades y estamentos sociales, con el deseo de que la simiente del 2003 y el empuje, la ilusión y el trabajo de todos, fructifique durante este 2004 y en años sucesivos. 



## XX Jornadas Científicas de la Sociedad Española de Paraplejía



**Durante la primera semana del mes de octubre se celebró, en las Palmas de Gran Canaria, el Congreso de la Sociedad Española de Paraplejía, que coincidió, como suele ser habitual, con el IX Simposio Nacional de Enfermería Especializada en Lesión Medular.**

Bajo los auspicios de la recién creada Unidad de Lesionados Medulares de las Palmas de Gran Canaria, se organizaron las Jornadas que este año cumplen los 20 años desde su creación. Hay que destacar la afluencia de congresistas al evento y el alto número de comunicaciones y aportaciones de los diferentes profesionales de la especialidad.

Durante estos tres días de reuniones se presentaron ponencias interesantes como los cambios sobre el metabolismo tras sufrir una lesión medular y

el Registro Nacional de los lesionados medulares en España.

En la primera ponencia se abordaron las diferentes alteraciones metabólicas a nivel de los carbohidratos, de los lípidos, trastornos del metabolismo del calcio, de la función tiroidea y adrenal, del metabolismo del agua y de los cambios hormonales que se producen tras una lesión medular, sobre todo en fases crónicas, y que pueden tener graves consecuencias en el paciente al incrementar el riesgo de morbimortalidad.

Además, como consecuencia de una paraplejía o tetraplejía, se produce una disminución de la actividad física, una atrofia muscular, un aumento de la adiposidad, una disminución del ejercicio cardiorrespiratorio provocando que sobre estos pacientes incidan factores como la resistencia a la insulina, intolerancia a los carbohidratos, aumento de las concentraciones plasmáticas del colesterol y triglicéridos y un nivel más bajo de HDL-C

(colesterol bueno), que pueden causar aumento del riesgo cardiovascular.

La supervivencia de las personas con una lesión medular en estos últimos años ha mejorado de forma ostensible coincidiendo con los avances médico quirúrgicos, que han permitido reducir de forma importante las complicaciones que hasta ahora representaban la primera causa de mortalidad entre esta población (Úlceras por presión, infecciones urinarias y deterioro renal...). En la actualidad la enfermedad cardiovascular se ha convertido en la principal causa de morbimortalidad en los lesionados medulares, al igual que sucede en la población general. Estudios recientes muestran que la enfermedad cardiovascular es la primera causa de muerte en LM de más de 30 años de evolución y en aquellos LM de más de 60 años de edad.

También se trataron las alteraciones del metabolismo óseo de estos pacientes, destacando la hipercalcemia que se produce a los pocos días de la lesión y que puede incluso triplicar los valores normales. Posteriormente el proceso evoluciona hacia una alteración intrínseca del hueso, por la falta de estímulo mecánico, produciéndose una menor formación ósea, como consecuencia de una menor estimulación del osteoblasto. Por todo ello, las personas afectadas de lesión medular, presentan una alta prevalencia de osteoporosis y mayor incidencia de fracturas osteoporóticas.

En ambas ponencias se abordaron no sólo los actuales tratamientos utilizados para tratar estas alteraciones metabólicas, sino también las pautas de ejercicio y alimentación necesarias para conseguir un mejor grado de salud y calidad de vida. Dada la importancia de estos aspectos, en números sucesivos de SOBRE RUEDAS, abordaremos de manera más profunda el impacto a nivel orgánico de una alimentación adecuada junto con la práctica de ejercicio físico. Se ha demostrado científicamente que la combinación de dieta y ejercicio establece una sinergia positiva para el mantenimiento de una buena salud.

Importantes fueron los cursos paralelos que se llevaron a cabo durante el Congreso, en especial el relacionado con las actuales estrategias experimentales para promover la regeneración y la restitución funcional en lesiones de la médula espinal presentado por el Dr.Xavier Navarro de la UAB. Los dos problemas fundamentales asociados con las lesiones espinales son la muerte neuronal secundaria y la incapacidad de los axones para crecer a través de la cicatriz glial y elongarse en un medio ambiente glial desfavorable. Se han empleado y se están investigando diferentes estrategias para superar, por un lado, la inhibición de la regeneración axonal con el uso experimental de anticuerpos bloqueantes contra agentes inhibidores como el Nogo y, por otro lado, el promover la regeneración mediante trasplantes de células gliales o de células precursoras.

En la investigación sobre lesiones de la médula espinal todas estas aproximaciones deben ser consideradas de forma complementaria.

***...se ha demostrado científicamente que la combinación de dieta y ejercicio establece una sinergia positiva para el mantenimiento de una buena salud...***

Junto con las aportaciones desde la investigación básica, el grupo del Dr.K.Mauritz de Berlín, presentó los actuales tratamientos en la medicina de la rehabilitación. Métodos basados en terapias intensivas con el objetivo de recuperar un patrón de marcha incluso en lesiones funcionalmente no útiles. Diversos trabajos de investigación han demostrado hoy en día que el uso de sistemas de bipedestación y marcha (FES, Gait training, Lokomat...) aplicados de forma intensiva pueden mejorar la capacidad de conseguir una marcha útil en parapléjicos incompletos en fases crónicas. Dichos trabajos están aún en fases preliminares y se necesitan más estudios futuros que profundicen en el tema.

Finalmente, destacar la aportación del grupo del Dr.J.Bach de New Jersey con las técnicas de ventilación no invasiva. Experiencias importantes que facilitan el manejo del paciente dependiente de ventilación mecánica o de lesionados medulares cervicales altos con dificultad respiratoria severa, reduciendo de forma significativa el uso de procedimientos cruentos como la traqueostomía, disminuyendo la incidencia de complicaciones como atelectasias o neumonías y en pocas palabras, mejorando de forma significativa la calidad de vida de estos pacientes de alto riesgo.

Hoy en día, la posibilidad de utilizar aparatos de ventilación no invasiva, junto con una fisioterapia respiratoria especializada, ha reducido de forma significativa el índice de complicaciones e ingre-

sos hospitalarios de pacientes con lesiones medulares cervicales altas u otros pacientes afectados de enfermedades neuromusculares que les provocan insuficiencias respiratorias graves.

Además de estos temas troncales, se presentaron múltiples comunicaciones y posters con las diferentes experiencias de las Unidades de Lesionados Medulares y Hospitales del Estado Español, reflejando el alto nivel científico actual de la especialidad que ha permitido reducir la morbimortalidad e incrementar el grado de bienestar en este colectivo de persona discapacitadas. 

**Joan Vidal Samsó**

*Jefe Clínico del Instituto Guttmann*

posturografia.com

## Posturografía Dinámica Computarizada

### Evaluación y Rehabilitación de los Trastornos del Equilibrio y de la Marcha



**Bionic**  
FUNDADA EN 1983

**Bionic Ibérica, S.A.**

Áreas de Aplicación  
Clínica de los Sistemas  
NeuroCom:

- **Rehabilitación**
- **Geriatría**
- **Neurología**
- **ORL**
- **Medicina Legal**
- **Medicina Deportiva**
- **Ortopedia**

# EQUILIBRIO ES VIDA

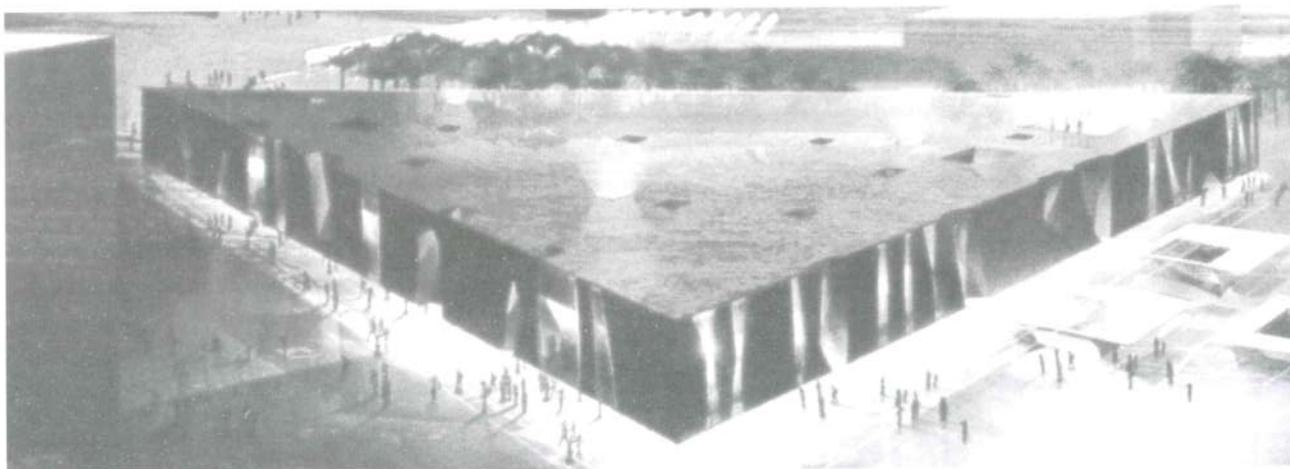



Mèxic, 8 1º - 08320 EL MASNOU (Barcelona) - Tel.: 93 540 19 09 / Fax:93 555 69 21  
Camino de Valderribas, 97 1º B - 28038 MADRID - Tel./Fax: 91 328 36 12  
E-Mail: info@bionic.es - WEB: www.bionic.es y www. posturografia.com



**NeuroCom**  
International, Inc.

## FORUM 2004. APROXIMACIÓN A UN ACONTECIMIENTO DE DIMENSIÓN INTERNACIONAL



El Fórum Universal de las Culturas es la primera edición de un nuevo acontecimiento multitudinario de alcance internacional que durante el año 2004 reunirá en la ciudad de Barcelona a personas venidas de todo el mundo.

El Fórum pretende **promover** el estudio, la reflexión y el **diálogo** entre todos los actores y todas las culturas que propugnan una cultura de la paz, la diversidad y la sostenibilidad con el fin de que el proceso de globalización tenga lugar de acuerdo con unos valores éticos compartidos.

El primer Fórum Universal de las Culturas se celebra el año 2004 en Barcelona. Se inaugura el 9 de mayo, Día de Europa, y se clausura el 26 de septiembre, coincidiendo con las fiestas de la Mercè. Tiene, por lo tanto, una duración de 141 días.

### Ámbito de las personas con discapacidad

La organización del Fórum espera que todos los ciudadanos contribuyan a difundir los objetivos y los valores del encuentro. Conscientes de que las

personas con discapacidad tienen iguales derechos pero necesidades especiales, están trabajando para que el Fórum sea un referente respecto a la accesibilidad integral de los espacios y de los contenidos.

Los organizadores desean que las personas con discapacidad participen en dicho proceso y les ayuden a identificar problemas proponiendo soluciones posibles y aplicables, otorgando coherencia al discurso del Fórum 2004.

### ¿Qué proponen?

Durante el pre-Fórum:

- Que se participe en la difusión de los valores del Fórum a través de los **actos asociados**.
- Aquellas entidades que viven, practican y difunden los valores y principios del Fórum se les propone que se constituyan **entidad adherida al Fórum**.

Durante el Fórum:

- Que se participe activamente en el Fórum, comprobando que los espacios y contenidos son accesibles para todo el mundo. Correo electrónico: [dfs@barcelona2004.org](mailto:dfs@barcelona2004.org)

### Actos que se pueden vincular al Fórum

Todos aquellos realizados por organizaciones cívicas o empresariales e instituciones que así lo soliciten. La categoría de la vinculación se determinará en función de si los actos guardan o no relación con los ejes temáticos del Fórum Barcelona 2004, a saber: la diversidad cultural, el desarrollo sostenible y las condiciones de paz. Existen dos posibilidades:

*Actos asociados:* los actos cuyo contenido guarda relación con alguno de los ejes del Fórum.

*Actos adheridos:* los actos cuyo contenido no guarda relación con ninguno de los ejes del Fórum

Los actos pueden responder a diversos formatos:

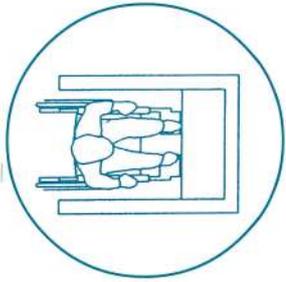
- a) Jornadas, congresos, conferencias, mesas redondas...
- b) Exposiciones
- c) Representaciones artísticas
- d) Fiestas, encuentros...
- e) Publicaciones, revistas, programas de televisión llevados a cabo por una entidad... 

Para obtener una información más detallada sobre éste tema, entrar en la Web <http://www.barcelona2004.org>

## PRINCIPIOS Y VALORES DEL FORUM BARCELONA 2004



- ✓ El **respeto** a los valores y las **instituciones democráticas**, con una atención especial a la promoción de la participación cívica.
- ✓ El fomento de las condiciones para la **paz** promoviendo la defensa de los **derechos individuales** y las libertades de las personas, muy especialmente en el ámbito cultural, con una máxima atención a los más vulnerables y a la defensa de los valores de equidad y **solidaridad**, y el ejercicio del derecho a la información y a la responsabilización del propio futuro.
- ✓ El respeto hacia todas y cada una de las **étnias**, con una atención especial a la protección de las étnias minoritarias, y el fomento de la lucha contra todo tipo de exclusión.
- ✓ El respeto hacia todas y cada una de las **identidades culturales**, con una atención especial a la protección de las culturas minoritarias, en el marco de la consolidación de sociedades abiertas y plurales.
- ✓ El respeto hacia las **religiones**, y el fomento del diálogo interreligioso.
- ✓ El reconocimiento y el respeto a todas y cada una de las **lenguas**, con una atención especial a la diversidad lingüística, entendida como patrimonio universal que hay que proteger y promover, sin perjuicio del fomento del aprendizaje de lenguas comunes y de otras grandes lenguas vehiculares.
- ✓ El fomento de la creatividad, el impulso de la **educación** y la democratización del conocimiento como vías de transmisión de valores y actitudes que favorezcan una **cultura** de paz y un desarrollo del diálogo entre las culturas, potenciando los diferentes sectores culturales que estimulen la creatividad de los individuos y de los grupos culturales y contribuyen a la transmisión y conservación del patrimonio cultural material e inmaterial.
- ✓ La defensa de la **biodiversidad** a través de la protección y la mejora de la calidad del **medio ambiente**, como también la conservación y el uso racional de los recursos naturales.
- ✓ La necesidad de un tejido económico, social e institucional socialmente **responsable**, comprometido con un crecimiento económico equilibrado y ecológicamente sostenible.
- ✓ La atención especial al **desarrollo sostenible** del territorio urbano desde el punto de vista medioambiental, social, cultural y económico, teniendo en cuenta que la ciudad es el hábitat principal del ser humano del siglo XXI y el espacio básico de sus expresiones creativas y de la **innovación tecnológica**.



## AVANZAR EN ACCESIBILIDAD: FALSAS IDEAS Y REALIDADES



En la actualidad las políticas de no discriminación y plena participación ocupan un lugar prioritario en las agendas de las políticas internacionales, europeas y nacionales. La accesibilidad es un concepto estrechamente ligado a la no discriminación, ya que como bien señala el presidente del Foro Europeo de Personas con Discapacidad «la no accesibilidad es la discriminación más cotidiana». Sin embargo la accesibilidad es un objetivo aún más amplio que incide no sólo en las personas con discapacidad sino que influye en la calidad de vida de presentes y futuras generaciones.

Con el fin de contribuir desde el CEAPAT-IMSERSO a un avance más rápido y coherente de la plena accesibilidad, proponemos analizar ideas falsas y realidades sobre la accesibilidad.

A diario comprobamos que existen muchas barreras mentales, miedos, mitos y estereotipos sobre la accesibilidad que son falsos, pero sin embargo ejercen una influencia muy poderosa en actitudes y acciones y son aceptadas por una parte de la sociedad, debiendo la otra parte de la sociedad ejercer una lucha titánica para si-

tuar la accesibilidad en el plano que le corresponde. Analizamos a continuación, como ejemplo, algunas ideas falsas sobre la accesibilidad contrarrestándolas con realidades probadas.

**Idea falsa:** «La accesibilidad es cara»

**Realidad:** La accesibilidad no es cara pero tampoco es gratuita. Si se contempla desde el inicio del diseño del proyecto, producto o servicio, supone un coste económico adicional mínimo o inexistente. La accesibilidad no supone tanto un pago en euros, como un cambio de actitud, un esfuerzo para conseguir calidad e innovar en resultados.

Si la accesibilidad no se contempla desde el principio hay que rehacer lo que se ha hecho mal, y esto sí es más costoso y de peor solución.

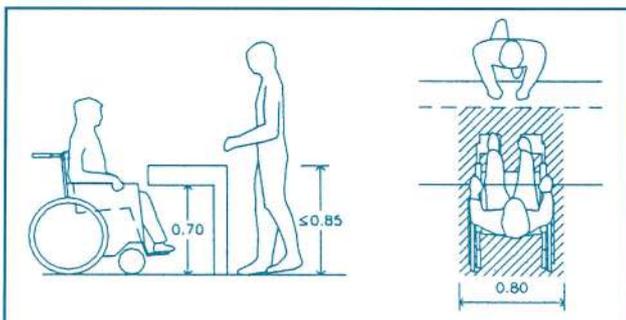
Para hacer accesible lo ya existente hay que planificar inversiones, aprovechar actualizaciones y remodelaciones.

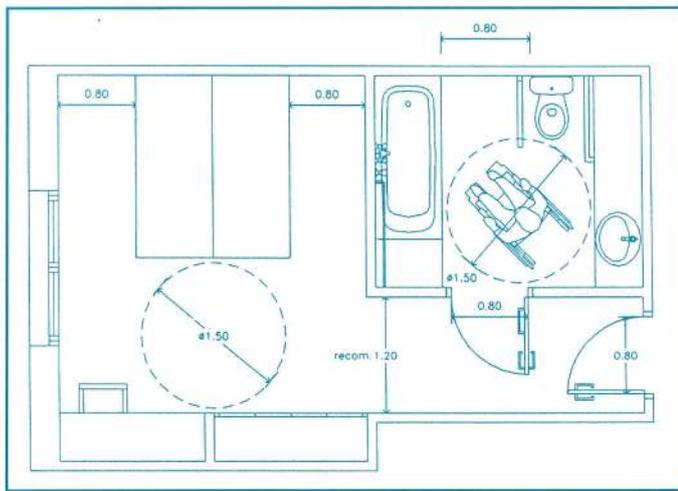
Los costes de la no accesibilidad son mucho más graves que la inversión en accesibilidad. **Seguir permitiendo diseñar no accesible, va a suponer en el futuro mayor gasto que hacerlo o rehacerlo bien en el presente.**

Hay demasiadas personas y entidades preocupadas por el coste de la accesibilidad, y sin embargo hay muy pocas personas y entidades preocupadas por el coste de la NO accesibilidad.

**Idea falsa:** «La accesibilidad solo beneficia a un grupo minoritario de personas»

**Realidad:** La accesibilidad supone mejoras en la interacción con el medio para presentes y futu-





ras generaciones. La diversidad de circunstancias a lo largo de la vida de las personas exige diseños más adecuados y coherentes.

La población con y sin discapacidad valora y exige accesibilidad constantemente según se demuestra en estudios e investigaciones (Alonso, F.:El beneficio de renunciar a las barreras. Ed. IMSERSO 2000). Ejemplo: avances en accesibilidad en el transporte, como autobuses de piso bajo han sido bien valorados por toda la población.

**Idea falsa:** «La accesibilidad no es atractiva»

**Realidad:** Un buen diseño pensado para todos puede y debe ser atractivo, valorado por toda

la población y supone una mayor relación entre la persona y el entorno. Ejemplo: Los autobuses de piso bajo tienen un diseño más atractivo que los antiguos de escaleras.

**Para conseguir un diseño atractivo la accesibilidad debe estar concebida desde el inicio del proyecto como un aspecto de valor añadido, y no incorporado a «regañadientes» por exigencias externas.** Siempre habrá buenos y malos diseñadores, pero siempre será valorada la calidad frente a la mediocridad. La accesibilidad no es sólo cuestión de añadir colores o metros cuadrados. Es tener empatía con la vida humana.

**Idea falsa:** «La accesibilidad es difícil»

**Realidad:** La accesibilidad no es difícil pero si no se estudia en los procesos formativos, y lo que se enseña es la no accesibilidad siempre supondrá un esfuerzo extra. Como todo proceso importante, calidad, innovación, seguridad...la accesibilidad requiere dedicación y esfuerzo.

**MICRO CARS 98, S.L.**

**CONCESIONARIO EXCLUSIVO PARA CATALUNYA**

Ctra. Molins de Rei, 178 • 08205 Sabadell  
Tel. 93 726 40 42 • Fax 93 727 46 16

C/ Lleida, 38 Izda • 08004 Barcelona  
Tel. 93 289 00 74

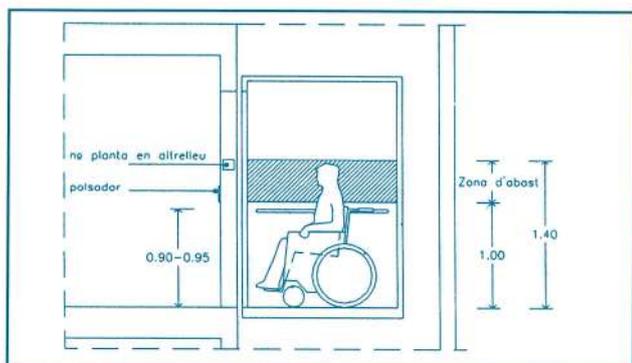


Un nuevo vehículo que,  
de una vez por todas,  
resuelve los problemas  
de transporte para los usuarios  
de movilidad reducida y proporciona  
independencia en sus desplazamientos,  
en la ciudad, para el trabajo,  
diversión, tiempo libre...

**MUEVE TU ILUSIÓN**



Con un mando a distancia se acciona el  
portón trasero y baja la rampa de acceso.  
Anclaje de silla, guiado sin esfuerzo.



Existen numerosos manuales, guías, normas, documentos y herramientas de apoyo. Existen muchos usuarios, asociaciones y entidades dispuestos a ayudar y colaborar. Existen muchas experiencias de buenas prácticas. **El curriculum formativo de muchas profesiones debe actualizarse e incorporar el diseño para todos.**

**Idea falsa:** La accesibilidad y el diseño para todos relegan a las ayudas técnicas y a otros apoyos y servicios

**Realidad:** El diseño para todos y las ayudas técnicas son elementos complementarios y no excluyentes. En la accesibilidad y en el diseño para todos se debe tener en cuenta que muchas personas utilizan ayudas técnicas de manera temporal o permanentemente.

Hay que avanzar en servicios y productos innovadores de apoyo personal y técnico. Invertir en accesibilidad no supone dejar de invertir en servicios de apoyo. **La no discriminación y el apoyo positivo permiten la inclusión.**

Buscar una solución en diseño para todos exige buscar más la normalidad y evitar la marginación. Diseñar bien para más personas es posible.

**Idea falsa:** «Soy un diseñador, profesional,... experto en accesibilidad y no necesito consultar»

**Realidad:** La accesibilidad supone un proceso, una mentalidad y exige consultar, participar, formar equipos con los diferentes clientes y usuarios para aprender juntos. La consulta y el aprendizaje continuo implica aprender a conocer, a hacer, a convivir, a ser y a compartir.

**Cristina Rodríguez-Porrero Miret**

*Directora del CEAPAT- IMSERSO*

Publicado en: VADO PERMANENTE, Revista Andaluza de la Discapacidad, Nº 27, Mayo 2003.

Edita: Confederación Andaluza de Minusválidos Físicos (CAMF).

## ALGUNAS RAZONES PARA CUMPLIR CON LA ACCESIBILIDAD:

- Profesionalidad y ciudadanía
- Supone un valor añadido
- Facilita la vida a todas las personas, concepto «bueno para todos»
- Ofrece calidad e innovación
- No discrimina
- Cumplir la normativa legal y técnica
- Contribuye a la sostenibilidad
- Evita costes de no accesibilidad
- Busca la mejora continua

*Llar-residència per a gent gran*

HOTEL CONGOST

***Residència Assistida - Centre de dia***

**CENTRE COL·LABORADOR AMB LA GENERALITAT DE CATALUNYA (ICASS)**

**10 anys al servei de les persones grans (1991-2001)**

Ctra. de Ribes, 45 · 08590 Figaró (Vallès Oriental) - Tel. 93 842 93 69\* · Fax 93 842 91 61

Serveis incrits al Registre d'Entitats, Serveis i Establiments Socials de la Generalitat de Catalunya amb els nùms. S01315 i S03033

# BARCELONA: BREVE INVENTARIO DE LA ACCESIBILIDAD DEL TRANSPORTE PÚBLICO COLECTIVO

## Estaciones adaptadas de metro, de ferrocarril y de autobuses interurbanos:



### Ferrocarriles Metropolitanos (metro):

- Línea 1 (roja): estaciones de Fondo (Sta. Coloma), Trinitat Vella, Fabra i Puig, Marina, Catalunya, Universitat, Bellvitge (l'Hospitalet) y Feixa llarga (l'Hospitalet).
- Línea 2 (lila): todas las estaciones y todos los trenes.
- Línea 3 (verde): estaciones de Catalunya, Fontana, Mundet, Valldaura y Canyelles.
- Línea 4 (amarilla): estaciones de Maresme Forum, Passeig de Gràcia y de Trinitat Nova.
- Línea 11 (verde manzana). Próxima inauguración. Todas las estaciones y todos los trenes accesibles. Recorrido: Trinitat Nova, Casa del'Aigua, Torre Baró/Vallbona, Ciutat Meridiana, Can Cuyas.
- Enlace de la línea 1 con la 2 en la estación de Universidad.
- Enlace de la línea 1 con RENFE en la estación de Pl. Catalunya.

**Información:** 93 318 70 74 / [www.tmb.net](http://www.tmb.net)

### OBSERVACIONES:

El hecho de que las estaciones estén adaptadas, no implica que los coches también lo estén.

En el caso de RENFE algunas grandes estaciones (como la estación de França de Barcelona) disponen de rampas o personal para garantizar el acceso de las personas con disminución a los trenes. Es recomendable telefonar antes al Servicio de Información al Viajero para garantizar su uso.

En el caso de los FF. CC. de la Generalitat, se están instalando trenes-

### RENFE:

- Estación de Sants
- Estación de França
- Estación de Catalunya
- Estación de Sant Andreu
- Estación del Aeropuerto del Prat

**Información:** 93 490 38 51 (Servicio de Información al Viajero) y 902 24 0202 (venta de billetes e información general)

### Ferrocarriles de la Generalitat de Catalunya:

- Línea de Balmes: estaciones de Provença y Av. Tibidabo.
- Línea del Vallès: estaciones de Provença, Muntaner y Les Planes (St. Cugat)
- Línea del Baix Llobregat: estaciones de Magòria/Lacampana y Pl. Espanya.
- Funicular de Vallvidriera: estaciones Vallvidriera superior y Vallvidriera inferior (el tren también está adaptado).

**Información:** 93 205 15 15 / 93 302 48 16

### Terminales de autobuses interurbanos:

Están adaptadas las estaciones del Nord, Sants y Fabra i Puig, pero por el momento no hay ningún autobús adaptado ni alternativas para garantizar el acceso a los autobuses de las personas con disminución física, aunque está en estudio.

**Servicio de información** de transporte ordinario adaptado de CETRAMSA: 93 486 07 52

góndola, donde uno de los vagones tiene la puerta al mismo nivel del andén que permite el acceso en silla de ruedas. Es recomendable telefonar antes al servicio de información.

La estación de Pl. Catalunya de los FF.CC. de la Generalitat, aunque no está adaptada, puede ser accesible si se utiliza el montacargas pidiéndolo al jefe de estación.

Existen planes de actuación para los próximos años para seguir acondicionando las estaciones a las personas con la movilidad reducida. ♿

Información extraída de la «Guía de Recursos» del Institut Municipal de Persones amb Disminució de l'Ajuntament de Barcelona. Edició 2003.

---

## DESCUBRIR BARCELONA DESDE EL *BUS TURÍSTIC*

---

**El *Barcelona Bus Turístic* (BBT) es la mejor manera de descubrir la ciudad. Un servicio pensado para que los turistas, así como los ciudadanos, conozcan y paseen por la capital catalana en autobuses especialmente diseñados. Autobuses de dos plantas, la de arriba totalmente descubierta y la más popular, cuando el tiempo acompaña, para descubrir las calles, plazas y edificios más emblemáticos.**

Actualmente el *Bus Turístic* ofrece dos itinerarios, el rojo en la zona norte y el azul en la sur. Un total de 26 paradas en los principales puntos de interés histórico, artístico y de diversión. Durante la validez del billete los usuarios son arquitectos de su propio recorrido, pueden subir y bajar cuantas veces quieran en cualquiera de las paradas existentes, así como combinar a su antojo los dos itinerarios, en cualquiera de los tres puntos de conexión. El billete, que puede ser de uno o dos días consecutivos, se ofrece con una guía informativa en 6 idiomas y un talonario de descuentos para utilizar en los principales lugares de interés (monumentos, museos, etc.). A bordo de cada uno de los autobuses viaja un informador de *Turisme de Barcelona* capaz de orientar y de brindar toda la información necesaria para que los pasajeros aprovechen al máximo su visita.

La alternativa «sube y baja», esto es, el poder montarse cuantas veces se quiera, es un servicio en el que *Bus Turístic* fue pionero en toda Europa. Hoy, esta opción es paradigmática en el servicio de autobuses turísticos. Las principales capitales del mundo lo han incorporado.

Los 36 autobuses que conforman el equipamiento de *Bus Turístic* funcionan todo el año. El primer bus



de cada ruta sale de Plaza Cataluña a las 9 de la mañana y su frecuencia de paso oscila entre los 6 y 30 minutos, dependiendo de la temporada. La duración aproximada de cada recorrido, sin bajarse, es de dos horas. Funciona todos los días del año excepto el 1 de enero y el 25 de diciembre.

Los precios son para los adultos 15 € un día y 19 € dos días consecutivos, y para los niños (de 4 a 12 años) 9 € un día y 12 € dos días consecutivos.

### ACCESIBILIDAD:

El recorrido urbano lo hacen autobuses adaptados y no adaptados. Durante los meses de temporada alta (Junio, Julio y Agosto) suelen pasar alternativamente un autobús adaptado y otro no adaptado. El resto del año no puede asegurarse la frecuencia de paso de los adaptados, aunque como mínimo suelen circular uno cada hora; en ellos pueden viajar dos personas en silla de ruedas.

*Bus Turístic* es una iniciativa conjunta de *Turisme de Barcelona* y *Transports Metropolitans de Barcelona (TMB)*. Con poco más de 15 años de vida y con el lema «**lo que no has visto nunca**» se ha consolidado como una de las imágenes turísticas más populares de la Ciudad Condal.

El BBT, al igual que el turismo en Barcelona, ha experimentado un crecimiento importante en los últimos años. En el tiempo que lleva rodando por Barcelona este servicio ha transportado 4.300.000 pasajeros, y sólo en 2002 rebasó el millón de usuarios. 

**Para más información:** Tel. 93 343 79 90  
[www.barcelonaturisme.com](http://www.barcelonaturisme.com)  
[productes@barcelonaturisme.com](mailto:productes@barcelonaturisme.com)



# VALLPARADÍS

UN PARQUE  
PARA VIVIRLO  
UN PARC  
PER VIURE'L



Parc de  
Vallparadís  
Terrassa

Torrent  
Manner



Castell Cartuja  
de Vallparadís

He aquí un parque urbano con una extensión equiparable a 33 campos de fútbol, en el que se puede disfrutar de un agradable paseo bajo árboles centenarios, participar en múltiples actividades culturales y deportivas, identificar la flora y la fauna local así como visitar importantes vestigios arqueológicos y monumentos arquitectónicos. Más datos: es accesible a las personas con la movilidad reducida y por su ejemplaridad ha obtenido diversos Premios Honoríficos.

## Presentación

Todo empezó a principios de los años noventa cuando el Ayuntamiento de Terrassa inició las obras de recuperación de un torrente que cruza el centro de la ciudad de norte a sur, un pulmón verde preservado gracias a su excepcional ubicación a unos metros por debajo del nivel urbano. Desde su inauguración en 1999, el *Parc Vallparadís* se ha convertido en un polo de atracción ciudadana.

La existencia en su interior de importantes atractivos como el Centro de Documentación y Museo Textil, el Castillo Cartuja de *Vallparadís* y el conjunto monumental de las Iglesias de *Sant*

*Pere*, junto a una amplia y variada oferta cultural con espacios diferenciados para el ocio, la cultura, el deporte y la naturaleza, hacen de él un parque urbano abierto a toda la población y un modelo de equipamiento a seguir.

A lo largo del año, en el *Parc Vallparadís* se puede disfrutar de:

- Festival de Jazz
- Ciclo de Teatro de Guiñol
- Conciertos de música tradicional
- Paseos en un pequeño tren a vapor
- Atletismo
- La *Fira de Turisme*
- Deporte de aventura
- Piscina en verano y actividades acuáticas en invierno
- Rutas botánicas y ornitológicas...y múltiples actos más organizados por entidades, colectivos y escuelas de la ciudad.

## Accesibilidad física

El Parque *Vallparadís* apostó, desde sus inicios, por fomentar la accesibilidad de cada una de sus áreas a todos los ciudadanos. No hay que olvidar que el parque está situado en el antiguo cauce de un torrente y que en algunos puntos la diferencia de cota del parque respecto a la ciudad es de casi 20 metros.



La adaptación a esta orografía con la aportación de tierras permitió la construcción de rampas de pendiente suave y, últimamente, se ha instalado un ascensor que permite acceder a la cota media del parque desde la cota de la propia ciudad. Asimismo, el diseño del parque permite el acceso de vehículos de transporte adaptado al pie de algunas de las instalaciones, por ejemplo la piscina, que a su vez dispone de rampa de pendiente suave.

El parque contiene ocho zonas de juegos infantiles, que además de ser accesibles facilitan juegos adaptados y fomentan el juego tranquilo y en grupo. ♿

Para ampliar la información:  
Oficina del Parque Vallparadís, tel. 93 739 70 65  
<http://www.terrassa.org/Vallparadis>  
(Información extraída de los folletos informativos editados sobre el parque)

#### Otros indicadores de accesibilidad del Parque Vallparadís:

- Bancos situados, mayoritariamente, en zonas pavimentadas
- Las fuentes son accesibles en silla de ruedas y disponen de pulsadores
- Los carteles indicadores permiten ser consultados desde la altura de una silla de ruedas
- Servicios públicos (WC) adaptados
- El pequeño ferrocarril tiene un vagón accesible
- Texto informativo sobre el parque para personas invidentes (escrito en Braille)



## AUTOESCUELA HERMANOS ROCA



Más de 25 años de experiencia en enseñanza de conducción a conductores con deficiencias físicas de cualquier tipo, tanto permisos nuevos como reconversiones.

**Autoescuela Hnos. Roca S.L**

**Ctra. de Cornellá, 63-65 · 08950 Esplugues de Llobregat (Zona bajo Llobregat) · Barcelona**

**Tel. 93 371 02 42 · Fax 93 473 57 31**



## ACTIVIDADES

### IV CAMPEONATO INTERNACIONAL DE AGILITY II PARAGILITY WORLD CLUB

La *II Paragility World Cup*, celebrada los pasados días 11, 12 y 13 de octubre en *Platja d'Aro, (Girona)*, ha contribuido a la consolidación de la especialidad deportiva «Paragility» y su divulgación entre el gran público. Se trata de una competición en un circuito con obstáculos, en la que se puntúa el buen comportamiento, la obediencia y la agilidad de perros de compañía, entrenados y conducidos por personas afectadas de discapacidad física.

Información:  
Unió Catalana Esportiva Clubs Agility (UCECA).  
Club d'Agility Ciutat Comtal Carles Fortuny: Tel. 93 407 17 45 / 649 503 904



Portal Solidario, entidad con sede en Torrejón de Ardoz (Madrid), recuerda los cursos de formación a distancia disponibles e informa de los nuevos cursos

en preparación. Las áreas temáticas son las siguientes: Informática, Historia y Humanidades, Empresa, Idiomas, Salud y Otros (jardinería, fotografía, turismo rural, técnicas de estudio...). La oferta es variada y atractiva y responde al empeño de demostrar que el ocio y la educación no están reñidos y que la formación puede ser una tarea interesante y divertida a la vez que seria y eficaz.

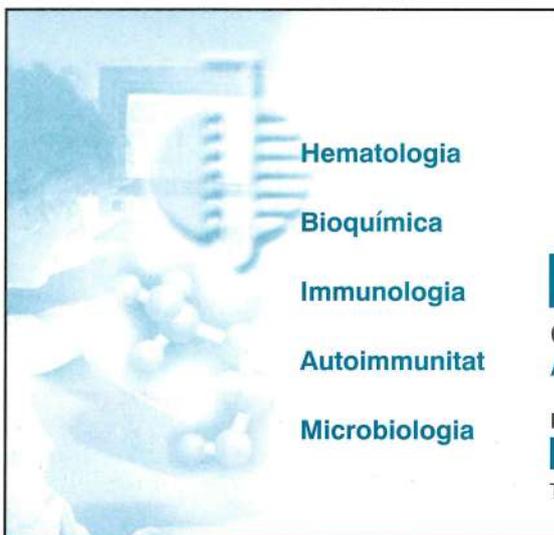
Información: <http://www.portalsolidario.net>

El pasado día 20 de octubre tuvo lugar, en la Sala Luis Companys del Ayuntamiento de Barcelona, la firma de un

 **ANY DEL DISSENY 2003 BARCELONA**

convenio de colaboración entre el Ayuntamiento, el *Comité Català de Representants de Minusvàlids (COCARMI)* y el *Foment de les Arts Decoratives (FAD)* con el fin de acercar el mundo profesional e industrial del diseño a las necesidades de las personas con discapacidad y a las actuaciones de las administración local.

El convenio contempla, entre otros aspectos, el compromiso de colaborar para promover la accesibilidad de los productos, servicios y entornos de la vida cotidiana para las personas con discapacidad. Asimismo, establece el compromiso de promover iniciativas para la difusión, creación e implantación de productos que respeten e incorporen los principios contenidos en el concepto DISEÑO PARA TODOS.



- Hematologia
- Bioquímica
- Immunologia
- Autoimmunitat
- Microbiologia

**ANÀLISIS CLÍNQUES Dra. GOMIS**

**CONCERT AMB LES PRINCIPALS MÚTUES ATENEM A PARTICULARS**

**INFORMACIÓ:**  
**LABORATORI CENTRAL: Av. Meridiana, 358, 7è pis**  
Tel. 93 311 46 03 • Fax 93 311 43 50 • e-mail: [mgomis@unilabs.es](mailto:mgomis@unilabs.es)

**Centre Lesseps:** Tel. 93 237 67 72 • **Gabinet Mèdic Via Augusta:** Tels. 93 209 64 08 / 93 202 30 55 • **Centre Mitre:** Tel. 93 211 67 82  
**Gabinet Mèdic:** Tel. 93 487 72 79 • **Centre Maresme:** Tel. 93 313 83 51 • **Laboratorio Muntaner:** Tel. 93 200 57 18 •  
**Laboratori Torner:** Tel. 93 412 79 06 • **Centre Navas:** Tel. 93 340 02 08 • **Centre Mèdic Sant Jordi de Sant Andreu:** Tel. 93 504 71 25 •  
**Centre Sant Feliu de Llobregat:** Tel. 93 666 10 87 • **Centre Santa Coloma de Gramanet:** Tel. 93 386 01 02



## DEPORTE

### DEFINICIÓN DEL ESQUÍ DE FONDO O NÓRDICO

El esquí nórdico o de fondo surgió por la necesidad de traslado de las personas de los países nórdicos en la época de invierno.

El esquí de fondo consiste en deslizarse, correr o sencillamente pasear con los esquís siguiendo un tramo de bonitos paisajes nevados, bosques... Los lugares por donde transcurren los circuitos de esquí de fondo suelen ser de una gran belleza.

Posteriormente la medicina deportiva lo definió como un DEPORTE donde el principio físico del equilibrio, mediante la coordinación y armonía de unos determinados movimientos técnicos y ordenados, hace que el cuerpo se desplace.

El esquí de fondo es considerado, junto a la natación, como uno de los deportes más completos que hay, pues permite que todo el cuerpo trabaje armónicamente, sin tensiones y al ritmo deseado. Por esa razón es un deporte practicable a cualquier edad y accesible a las personas que sufren algún tipo de discapacidad ya sea física, sensorial o intelectual. El esquiador de fondo «ha de deslizarse con el mínimo esfuerzo»...

Este deporte se practica en las modalidades de pié y sentado, es decir, que las personas que usan silla de ruedas lo pueden practicar.

#### Ventajas del esquí nórdico

- Práctica deportiva en contacto con la naturaleza, sin riesgo.
- Es un deporte simétrico
- Es un deporte donde se trabaja mucho el equilibrio
- Es un deporte aeróbico (sin deuda de oxígeno)
- Es difícil sufrir accidentes graves...

Este deporte en Cataluña lo están practicando personas con discapacidad desde el año 1990. Hemos participado en diferentes carreras y cada año tomamos parte en las marchas que se organizan en Cataluña. Uno de los esquiadores, Antonio, que es una persona afectada de hemiplejía, participó en el Campeonato del Mundo en EEUU y en la Copa del Mundo en Suecia.

La estación de esquí de Lles (La Cerdaña), tiene monitores cualificados para las personas con discapacidad y dispone de dos sillas de ruedas en alquiler para practicar, sentado, esta modalidad de esquí. ♿

#### Rosó Cangròs Sayos

Presidenta Club d'Esquí Catalunya  
Centre Excursionista de Catalunya

### MOSSA MOVILIDAD, S.L.

Edifici Montperdut  
c/ Hospitalet, nº17 Bajos  
08980 Sant Feliu de Llobregat (Barcelona)  
Tels. 93 685 19 97 / 93 685 33 69  
Fax 93 666 87 13  
e-mail: SMA@mossamovilidad.com  
www.mossamovilidad.com

Distribuidores exclusivos de:



#### Sillas de ruedas de alta calidad



Chairman 2K Vertical



ENTRA MPS

Formación de técnicos y profesionales de ortopedias para el servicio post-venta

## ESQUÍ ADAPTADO TEMPORADA 2003/2004

### FUNDACIÓN TAMBIÉN (Deporte adaptado para la integración de personas con discapacidad)

Informa del calendario de esquí alpino adaptado que ha preparado para la presente temporada.

- **Sierra Nevada** (Granada). Cursos de cinco días de clases con alojamiento, media pensión y alquiler de material adaptado: 230 euros por alumno. De enero a abril. (Acompañante: 230 euros, sin clases ni material).
- **Parque de Nieve Madrid Xanadú** (nieve artificial). Domingos de temporada. (Por detallar)
- **Valdesquí** (Madrid). Domingos de temporada, tres horas de clase, alquiler de material y transporte: 30 euros por alumno.
- **Boí Taüll** (Lleida). Curso de cinco días de clase, alojamiento, media pensión y alquiler de material adaptado: 230 euros por alumno. Mes de marzo por confirmar. (Acompañante: 230 euros, sin clases ni material).

**Nota:** Es necesario que los alumnos estén en posesión de la Tarjeta de Federado emitida por la Federación Española de Deportes de Minusválidos Físicos a través de sus oficinas territoriales.

#### Información e inscripción:

Fundación También, C/Gutierrez Solana, 6. 28036 Madrid  
Tel. 91 515 93 76 • FAX: 91 515 93 67  
e-mail: fundación @tambien.org

### FUNDACIÓN DEPORTE Y DESAFIO

Organiza por séptimo año consecutivo, su temporada de esquí alpino para personas con discapacidad en **Sierra Nevada** (Granada).

Temporada 2003-2004:  
Del 14 al 19 de Diciembre  
Del 18 al 23 de Enero  
Del 14 al 19 de marzo  
Del 11 al 16 de abril

Las semanas incluyen cinco días de alojamiento para el alumno y un acompañante, el alquiler de material adaptado (mono-skis y bi-skis) forfaits y tres horas de clase diarias con profesores especializados. El precio por semana, subvencionado en un 75% por la Fundación Deporte y Desafío, tiene un coste de solo 245 euros.

**Información:** Tel. 91 659 36 00 • 617 39 33 31  
www.desporteydesafio.com



### CENTRE NACIONAL D'ESPORTS D'HIVERN PER A DISMINUÏTS FÍSICS (CENHID)

En las pistas de **La Molina** (Girona) clases de iniciación al esquí alpino, de tecnificación e iniciación a la competición. Paseos en trineo con perros nórdicos por la zona del lago de Maranges. Empresa especializada creada en 1995.

**Información:** Tel. 972 14 50 62

### ASPID ESQUÍ

Programa *Neu Access* en las pistas de **Baquiera/Beret** y en **Vall de Boí** (Lleida): Profesores especializados, préstamo de material adaptado, alojamiento accesible, clases en grupo e individuales.

**Información:** ASPID  
Tel. 973 26 83 03 • <http://www.aspidlleida.com>

### CENTRE EXCURSIONISTA DE CATALUNYA. CLUB D'ESQUÍ DE CATALUNYA

Esquí nórdico o de fondo en los bosques de Lles (Lleida). Clases para personas con discapacidad. Profesores especializados y material adaptado

**Información:** Sra. Rosó Cangròs • Tel. 616 715 908

### FEDERACIÓ ANDORRANA D'ESPORTS PER A MINUSVÁLIDS (FADEM)

FADEM facilita información, material, contactos y el apoyo de monitores voluntarios especializados en esquí adaptado. Esta temporada han ampliado el material adaptado con un bi-esquí para tetrapléjicos.

Pistas con instalaciones adaptadas: **Ordino/Álcalis**  
Dan facilidades: **Soldeu/El Tarter, Grau Roig/Pas de la Casa, Ainsal y Pal.**

**Información:** FADEM  
Plaza de la Sardana, s/n, Andorra la Vella  
Tel. +37 686 44 04  
e-mail: fadem@andorra.ad



## ¿QUÉ ES EL FORO DE VIDA INDEPENDIENTE?

El Foro de Vida Independiente es una comunidad virtual formada por personas, con y sin discapacidad, con una amplia distribución geográfica dentro del Estado español. Sigue los postulados del Movimiento de Vida independiente que se originó, hace ya 30 años, en los Estados Unidos de Norteamérica y que, actualmente, se ha extendido por toda Europa.

Este Foro se presenta como un espacio de reflexión e intercambio de impresiones, utilizando como herramienta básica y principal para comunicarse, Internet, donde, partiendo de las propias experiencias cotidianas, se pretende analizar la realidad, desde el planteamiento filosófico y pragmático, del denominado Movimiento de Vida Independiente (Movimiento que ha desarrollado sus postulados en el «Modelo Social de la Discapacidad»).

**«La filosofía de vida independiente pretende cambiar el punto de vista que la sociedad tiene sobre las personas con discapacidad, y en especial sobre las que dependen de otros para el normal desarrollo de su vida diaria.»**

Los principios básicos de la Filosofía de Vida Independiente son: los derechos humanos y civiles, la auto-determinación, la auto-ayuda, la posibilidad para ejercer poder, la responsabilidad sobre la propia vida y acciones y el derecho a asumir riesgos.

El término «Vida Independiente» no hace referencia a las capacidades funcionales, no significa «hacer todo sin ninguna ayuda humana externa». Es un concepto dinámico continuamente enriquecido por el actual debate a nivel inter-



nacional. En términos generales, se emplea para indicar que las personas con discapacidad, incluso las denominadas dependientes, deben tener control sobre sus vidas, tienen que poder acceder a las mismas oportunidades y enfrentarse a las mismas elecciones en la vida diaria, de la misma manera que las personas sin discapacidad tienen estos hechos garantizados. Las personas con discapacidad deben tener el derecho a pensar y a hablar por sí mismas, sin la interferencia de otros.

El Foro de Vida Independiente celebró el pasado abril, un Congreso Europeo sobre Vida Independiente, no virtual, en el que personas con y sin discapacidad de diferentes países de Europa se reunieron en Tenerife para discutir e intercambiar experiencias, proyectos e ideas sobre la Vida Independiente de las Personas con Discapacidad. 

**Matilde Febrer i Basil**  
*Miembro del Foro de V.I.*



# CONGRESO EUROPEO SOBRE VIDA INDEPENDIENTE EUROPEAN CONGRESS ON INDEPENDENT LIVING

En el marco de las actividades previstas para el año 2003, como «Año Europeo de la Discapacidad», y coincidiendo con un interés cada vez más intenso sobre el concepto de vida independiente, el Cabildo de Tenerife, a través de la Sociedad Insular para la Promoción del Minusválido (SINPROMI S.L.) y el Instituto de Migraciones y Servicios Sociales (IMSERSO) promovieron la celebración de un Congreso sobre esta materia, en el municipio de Arona (Tenerife), del 24 al 26 de abril de 2003.

El «Congreso Europeo sobre Vida Independiente», que llevó por lema «**Nada sobre nosotros sin nosotros**», constituyó un importante encuentro para sensibilizar e intercambiar experiencias que promovieran la igualdad de oportunidades y la mejora de la calidad de vida de las personas con discapacidad. En este sentido, contó con el apoyo de Administraciones Públicas estatales, autonómicas y locales y la participación activa del Foro de Vida Independiente.

El Congreso se estructuró en tres grandes áreas: **Desinstitucionalización, Desmedicalización y Bioética**, para fomentar la no-discriminación de las personas con discapacidad y posibilitar el con-

trol de sus propias vidas y el derecho a participar de todas las oportunidades, beneficios y servicios a los que puede acceder todo ser humano.

## Objetivos del Congreso:

- 1.- Presentar una visión histórica del concepto de Vida Independiente, así como su situación actual. Para ello se procuró la presencia de líderes históricos de este movimiento así como de las actuales generaciones.
- 2.- Exponer obras artísticas de personas con discapacidad como medio de expresión de una auténtica cultura.
- 3.- Elaborar el «Manifiesto de Tenerife» sobre Vida Independiente como un documento a enviar a las distintas administraciones, incluyendo las europeas.

Información:

<http://es.groups.yahoo.com/group/vidaindependiente/>



## TENIS EN SILLA DE RUEDAS



**Tengo 26 años y hace tres y medio que tuve un accidente de coche que me afectó la médula y me obligó a ir en silla de ruedas durante seis meses. Por suerte fui recuperando parte de movilidad durante el primer año después del accidente; hacía recuperación en el Instituto Guttmann, y en este hospital fue donde entré en contacto con el mundo del tenis. Actualmente puedo caminar aunque con dificultad y una de las pocas formas que tengo para practicar deporte es hacerlo en silla de ruedas.**

Durante los primeros meses de rehabilitación me ayudó mucho empezar a jugar a básquet, y después conocí a José Aguado, que venía al hospital una vez por semana a dar clases de tenis y me iba insistiendo que lo probara. Finalmente le hice caso y al poco tiempo ya entrenaba los lunes y los miércoles por la noche en el BTO, en Vall d'Hebron. Salvador Hidalgo, entonces coordina-

dor del Club Deportivo del Instituto Guttmann, me hizo una ficha para el club y me animó también a introducirme en el tenis.

El tenis en silla de ruedas no es nada fácil, sobre todo al principio, y esto me desmotivaba un poco, pero a la vez me suponía un reto y un objetivo a conseguir. Y lentamente fui viendo que mejoraba y empecé a participar en algún torneo nacional, lo que me animó a seguir entrenando de una forma más constante.

El entrenamiento es duro, pero el equipo de compañeros que entrenamos juntos, el buen rollo, el ambiente que se respira y el espíritu de superación animan a continuar con muchas ganas. Cada vez se organizan más campeonatos nacionales donde nos reencontramos con los amigos deportistas del resto de las comunidades españolas; a los opens de Catalunya, Galicia, la Rioja, Madrid y Valencia, se han añadido este año los de Cáceres, Caspe y Zaragoza, gracias a los sponsors y organizadores que lo hacen posible.

Cuando empecé a jugar sólo éramos dos chicas en toda España. Esto y el entrenamiento constante me ha permitido entrar en la selección española, y este año el equipo femenino de tenis en silla de ruedas ha podido participar por primera vez en unos mundiales. Estuvimos en Sopot, Polonia, y nos clasificamos directamente para participar en los mundiales del próximo año, que se celebrarán en Nueva Zelanda.

Ahora ya debemos ser unas 8 o 10 chicas entrenando en España. Dentro de un tiempo, quizás podremos hacer algún torneo nacional femenino, porque de momento nos toca competir contra los chicos; por un lado es un reto y aprendes mucho, pero también conviene jugar contra chicas porque el tipo de juego es distinto. Por



*«Para mi, el tenis ha sido una válvula de escape, me ha hecho ver que era capaz de hacer cosas que no habría imaginado nunca que pudiera realizar, y menos aún con mi discapacidad. Y se ha ido convirtiendo en una parte muy importante de mi vida»*

esto, nos va bien participar en campeonatos internacionales de vez en cuando.

Ahora entrenar es un «hobbie», es un reto, es un gusto. Me divierto y a la vez me lo tomo muy seriamente. Hacer deporte es muy sano, y si además te aporta crecimiento personal, nuevas experiencias y nuevas amistades, como es mi caso, pues no tengo más palabras.

**Bárbara Vidal Gaya**

## PLAYAS DE BADALONA: UN BAÑO DE AMABILIDAD

Si bien es cierto que alguna vez he denunciado algún hecho relacionado con el no cumplimiento de los derechos de los minusválidos, he de reconocer que hay algunos servicios que funcionan. Y muy bien.

Me gustaría destacar el trabajo de la gente Proactiva, que el Ayuntamiento de Badalona ha puesto en las playas para ayudar a la gente con problemas de movilidad. Hacen muy bien su trabajo, tienen (y me gustaría destacar sobretodo esto) un trato humano excelente, y demuestran un cuidado y una paciencia que es fundamental cuando se trata con gente que tiene alguna minusvalía.

Este verano he recibido su ayuda y su amabilidad unas cuantas veces, y en seguida han dejado de ser para mi unos profesionales que cumplen con su contrato, para convertirse en Francesc, Jordi, Kiko, etc.

Me ha sorprendido que haya tan poca gente que utilice este servicio, y pienso que quizás es que mucha gente no sabe que existe. Aprovecho, pues (de cara al verano del próximo año), para hacer saber a todos que bañarse en el mar no supone ningún tipo de barrera mientras haya gente como los chicos de Proactiva que responden en el apartado profesional y también en el personal con su ayuda.

**Maite Inglés i Mas**  
Badalona





# MOVILIDAD ACCESIBILIDAD ADAPTACIONES



- Cajeados
- Plataformas elevadoras
- Rampas
- Instalación y adaptación de mandos de conducción
- Reparación de sillas de ruedas manuales y electrónicas
- Venta de sillas de ruedas manuales y electrónicas, camas, sanitarios, barras, grúas, cojines y colchones antiescaras, material de incontinencia, etc.
- Asesoramiento para la adaptación de la vivienda: accesos, ascensores, cocina, baño, habitaciones, etc...

905 m<sup>2</sup> y 25 profesionales para el asesoramiento en movilidad y accesibilidad

## NUEVAS INSTALACIONES CON EXPOSICIÓN, ADMINISTRACIÓN Y TALLER INTEGRADOS EN:

Gran Vía de les Corts Catalanes, 320 • 08004 Barcelona • Tel. 93 419 19 49 • Fax 93 494 06 38  
www.caradap.com • e-mail: info@caradap.com  
www.mya.es • info@mya.es

fábrica

Bescanó, 6 • Pol. Ind. Dameny 1 • 17007 GIRONA • Tel. 872 08 01 66 • Fax 872 08 01 67



## CRUZANDO EL CANAL DE LA MANCHA



Por segunda vez, Ernest Ribé ha cruzado el Canal de la Mancha pilotando su ultraligero adaptado. Aquí comparte con nosotros algunas de las emociones que experimenta a bordo de su pequeño avión, en un viaje tan largo.

En el formulario de los planes de vuelo hay un apartado para anotar los detalles que no caben en otro lado. Ahí pongo: «piloto minusválido». No es algo que le diga a las torres cuando pido permiso para aterrizar porque no le importa a nadie, pero el plan de vuelo sirve para que si no llego a la hora prevista al sitio previsto, me empiecen a buscar. Como solamente he hecho planes de vuelo para pasar de Francia a Inglaterra, prefiero que el helicóptero que me busque

en el mar tenga todos los motivos posibles para darse prisa.

He cruzado ya cuatro veces este Canal, dos en cada sentido. El año pasado tenía una cita en el aeropuerto de Popham con Joan Bader, la viuda del mítico Sir Douglas Bader, un piloto de Spitfire de la Segunda Guerra Mundial, amputado de ambas piernas. Este año fui al Campeonato del Mundo de ultraligeros, pero yo sabía que esto no era mas que una excusa para otro emocionante viaje, en el que me acompañaron otros cuatro aviones ultraligeros, procedentes de Madrid.

*«Muy a mi pesar, dos años después de conseguir mi licencia de vuelo sigo siendo el único ciudadano español con una gran minusvalía que lo ha conseguido, lo que me ha valido salir en la tele y en los periódicos, pero yo sé que cuando estoy ahí arriba soy un piloto como los demás, mi especial circunstancia no me impide pilotar, pero tampoco me hace inmune a los errores que he de evitar»*

Se pilota con las manos y como los pilotos clásicos dicen **«con el tacto del culo»**, que en este caso se traspasa a la espalda, pero lo más importante es tener cabeza y para eso da lo mismo si llevas silla de ruedas o no.

Esta vez la ruta me llevó por el oeste de Francia hasta Le Touquet, y por el oeste y norte de Londres tras pasar el Canal. Esta es una ruta muy complicada porque va serpenteando entre las zonas restringidas de los diferentes aeropuertos de Londres, pero tiene un momento excepcional que lo justifica todo: el cruce del Támesis, cinco kilómetros aguas abajo del inmenso puente de Dartford, que permite al gran periférico de esta ciudad, la M25, cruzar este río.

El cruce del Canal de la Mancha resultó menos estresante, este año, porque la visibilidad era mucho mejor que el año pasado; entonces no vimos los acantilados de Dover hasta estar encima de ellos porque había niebla. Este año la visibilidad era total, lo que da mucha tranquilidad porque, encima del agua, la imaginación se dispara y empiezas a pensar en todo lo que puede ir mal. El cruce de este Canal dura entre 20 minutos y media hora, dependiendo de los vientos, pero se hace muy largo.

Volví a Popham, claro está, aunque esta vez no estaba Joan, pero estaba Dick, el director del aeropuerto, que me recibió como a un viejo amigo. Como siempre, al partir, pedí ayuda para atar la silla de ruedas en el asiento del pasajero; es algo que puedo hacer solo, pero en ese caso necesito un cuarto de hora, mientras que con otra persona lo hago en un par de minutos. En un coche dejas la silla de cualquier manera, pero en un avión hay que atarla porque no sabes cuando vas a pillar turbulencia. Fijaros que no he dicho «si vas a pillar turbulencia...», sino «cuando vas a pillar turbulencia». Por eso, porque sabemos que tarde o temprano va a haber baile, llevamos un cinturón de cuatro puntos que nos ata por la cintura y por los hombros, pero, a pesar de eso, hay veces en las que nuestro trasero pierde contacto con el asiento.





Era un viaje que en línea recta no tenía ni cien kilómetros, pero tuve que hacer ciento cincuenta para evitar meterme en una zona militar. La ida fue tranquila, pero a la vuelta el terreno se había recalentado y subían unas tremendas bofetadas térmicas que me hicieron sudar de lo lindo. En estas condiciones, corrigiendo constantemente el rumbo, encontraba desconcertante volar sin la referencia de las montañas, porque Inglaterra es plano como una tabla de planchar; en Catalunya siempre tenemos la visión de una o otra montaña, lo que nos ayuda a orientarnos. Demos gracias al Pentágono por el sistema de navegación mediante GPS, que nos facilita mucho la vida.

#### Un par de incidentes:

Hubo solamente un par de incidentes en este viaje; los dos por mi culpa, porque el avión no dió ni el mas pequeño síntoma de problema. En Le Touquet, con unas condiciones terribles, me salí de la pista, sin consecuencias y llegué al parking escoltado por el camión de bomberos, como mandan los procedimientos. En Houville la Branche fui incapaz de ver la pista y acabé aterrizando en un camino de rodadura; he de decir, en mi defensa, que aquella pista, como muchas otras que raramente reciben visitantes, estaba muy deficientemente marcada y no había nadie en la radio. De todas maneras, hice un aterrizaje impecable en lo que yo creía era una pista estrecha y corta.

Lo mas difícil del viaje fué el último tramo. Iba a saltar directamente de Montpezat d'Agenais, en el noroeste de Toulouse, hasta mi base en Moiá, una línea recta de más de 300 km que me llevaba por encima de los Pirineos. Mi intención era salir muy temprano para llegar a las montañas an-

tes de que se formaran las tempestades estivales, pero no pude salir hasta las diez a causa de la niebla matutina. Cuando llegué a Andorra, cruzar hasta La Cerdanya me costó un horror; estaba ya a 12.500 pies, que es el techo de mi avión y lo máximo que debe subir un piloto si no quiere tener problemas de hipoxia, las nubes se me echaban encima y mi reserva de combustible se estaba agotando. En varias ocasiones estuve a punto de volver a Francia, pero, al fin, logré pasar. Una vez en territorio español, corté gas y fui bajando hasta llegar a casa, unos 80 km más allá y tres mil metros mas abajo. Llegué física y mentalmente destrozado; me quedaba gasolina para menos de media hora de vuelo, el mínimo con el que se ha de llegar a destino, porque nunca sabes si tu campo de aterrizaje va estar cerrado por la niebla y tendrás que desviarte a otro.

Le tengo mucho cariño a mi avión, un Skyranger matriculado EC DD6, pero creo que ya no haremos muchos más viajes largos juntos. Tiene un motor de dos tiempos con todo lo que comporta de consumo de gasolina, necesidad de mezclar aceite en el combustible y constante mantenimiento. Es un buen avión para aprender a volar y para viajes de fin de semana, pero quiero cambiarlo por uno con motor de cuatro tiempos.

Por cierto, la categoría de monoplazas, en el Campeonato del Mundo, la ganó el francés Denis Chevillet, minusválido y el parapléjico inglés Steve Slades nos hizo una demostración que nos dejó con la boca abierta, lo que quiere decir que no solamente podemos pilotar, sino que lo podemos hacer muy bien.

Es cierto que en España no es fácil conseguir la licencia, pero si un carroza como yo lo ha logrado, significa que alguien con una forma física similar – lo que no es nada difícil – y la consiguiente dosis de tozudez también lo podría conseguir, al fin y al cabo, ya hay un precedente. ¿Nadie se anima?

**Ernest Ribé**

[e.ribe@telefonica.net](mailto:e.ribe@telefonica.net)

# ASOCIACIONES

## ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE ESCLEROSIS LATERAL AMIOTRÓFICA

Esta asociación ha editado el Boletín Científico nº 13, en junio de 2003, que reúne las presentaciones más destacadas del último Simposio Internacional sobre Esclerosis Lateral Amiotrófica, celebrado el pasado año en Melbourne, Australia, y dedicado a los avances en la investigación de la enfermedad y a las líneas terapéuticas más recientes.

El interesante contenido de este Boletín resume las sesiones sobre investigación básica e investigación clínica. Asimismo publica la entrevista a dos expertos profesionales, participantes en el Simposio, sobre el estado de la investigación en la ELA y sobre las células madre.

Información ADELA:

C/ Hierbabuena, 12, bajo • 28039 Madrid  
Tel. 91 311 35 30 • 902 142 142  
<http://www.adelaweb.com>

adEla

## ASPACE

Un nuevo programa informático para usuarios de lenguajes alternativos, es decir personas que no pueden utilizar el lenguaje oral y han de recurrir a otros sistemas no verbales, fue presentado el pasado 6 de junio a lo largo de una jornada focalizada en el tema.

Este programa denominado SICLA, ha sido financiado por la Fundación Telefónica y desarrollado por la Universidad de Oviedo, Asociación de Parálisis Cerebral de Valencia y ASPACE Barcelona. Este sistema facilita comunicarse con el entorno familiar y social, de manera presencial o bien a través de las telecomunicaciones, permitiendo tanto el uso del teléfono como de los servicios de Internet.

ASPACE: C/ Marc Aureli, 16 • 08006 Barcelona • Tel. 93 200 25 34



## NUEVO CENTRO DE SERVICIOS INTEGRALES AUXILIA CIUDAD DE SEVILLA

Las obras de construcción del nuevo Centro de Servicios Integrales AUXILIA Ciudad de Sevilla, centro pionero e innovador para la asistencia integral de personas con discapacidad, siguen a buen ritmo. El Centro, de 2.800 m2 construidos, se alza en un solar cedido por el Ayuntamiento de Sevilla en la Plaza del Sacrificio, frente a la Estación de Santa Justa, con la rehabilitación y la integración de un antiguo edificio, construido en el año 1929 con motivo de la Exposición Iberoamericana de Sevilla.

Este nuevo Centro, reunirá en una misma sede social todos los centros y servicios dependientes de AUXILIA en Sevilla y contará con los siguientes servicios: centro de atención temprana y de pedagogía terapéutica, centro de recursos, orientación y apoyo a la integración, centro de terapia ocupacional, residencia asistida, pista polideportiva adaptada y servicio de movilidad.

AUXILIA SEVILLA:  
C/ Patricio Saenz, 15  
41003 Sevilla  
Tel. 95 437 83 11

AUXILIA. Sede central:  
C/ Angli, 50, A2  
08017 Barcelona  
Tel: 93 204 75 02



## MIFAS

El *Grup MIFAS* -Asociación, Fundación, Club Deportivo y Grupo de Empresas- con sede central en la ciudad de Girona, en la Memoria de actividades describe las actividades que desarrolla en los ámbitos asociativo, de servicios sociales, deportivo y empresarial.



Hay que destacar, en cuanto a asociación de personas afectadas de discapacidad, que durante el pasado año se afiliaron a la entidad 251 nuevas personas lo que ha hecho ascender la cifra de asociados a más de 2500. La Asociación MIFAS se ha convertido así en la primera entidad de personas con discapacidad de Cataluña en cuanto al número de integrantes.

Si pasamos de lo cuantitativo a lo cualitativo, se observa que el *Grup MIFAS* también destaca por su dinamismo y por la diversidad de iniciativas emprendidas, entre las más recientes, la puesta en marcha de una nueva residencia asistida inaugurada el pasado junio en Girona capital y un *Call Center*, gestionado por Giroassist SL, que abre la puerta a una nueva actividad en el ámbito de las nuevas tecnologías y proporciona trabajo a cerca de treinta personas.

*Grup MIFAS*: C/ Empúries, 31 • 17005 Girona • Tel. 972 23 45 02  
<http://www.mifas.com>



## GRUPO DE AFECTADOS DE ESCLEROSIS MÚLTIPLE

Queridos amigos: Os informamos que hemos constituido la asociación GAEM, Grupo de Afectados de Esclerosis Múltiple, creada y conducida por afectados de esta patología. Nuestro principal objetivo es la realización de acciones que hagan tomar conciencia, a los estamentos y a la sociedad en general, de los problemas que tenemos los enfermos. Queremos conseguir un mejor trato en la asistencia sanitaria, rehabilitadora, laboral y social.

Uno de los aspectos en que estamos especialmente interesados es el de los recursos y presupuestos que se dedican a la investigación de esta enfermedad, sobre todo en la regeneración con células madre de los tejidos dañados.

El motor que nos ha puesto en marcha es la necesidad de conseguir mejoras reales y efectivas así como poder hablar abiertamente sobre aquello que nos preocupa y que deseáramos mejorar. Estamos abiertos a la participación y colaboración de otros grupos y entidades ya establecidas para unir fuerzas en proyectos desarrollados y que sean de nuestro interés. Es muy importante que afectados, familiares y amigos nos unamos y trabajemos juntos para la consecución de tales objetivos. ¡Unios a nuestro proyecto! Un cordial saludo.

Núria Rios, Presidenta  
Vicens Oliver, Vice-presidente

Información GAEM: Tel. 93 232 99 76 • e-mail: INFOGAEM@terra.es  
<http://www.terra.es/personal/lca024306/gaem/gaemhomepage.html>



## FUNDACIÓ LLARS DE L'AMISTAT CHESHIRE

Esta Fundación gestiona siete centros en Cataluña que proporcionan atención y las ayudas necesarias a personas afectadas por discapacidades físicas graves.

Desde principios del presente año 2003 editan la publicación periódica *AMISTAT* que se constituye como un vínculo de comunicación de la entidad con su propio entorno y con la sociedad. Esta revista, en catalán, muy bien presentada, comprende las siguientes secciones: La Fundación informa, Vida en los hogares, Reportaje, Entrevista, Centros.

LLARS DE L'AMISTAT CHESHIRE. Fundació Privada:  
C/ Enric Granados, 87 • 08008 Barcelona • Tel. 93 451 46 19



3 de Marzo

**Estancia del Bus Europeo de la Discapacidad en el Hospital.**

Actividades de sensibilización social para niños, jóvenes y adultos. Presencia de autoridades, de representantes de asociaciones, grupos de escolares y universitarios y de ciudadanos en general.



25 de Abril

**Visita de Sus Majestades los Reyes Juan Carlos y Sofía.**

Recorrieron el nuevo Hospital, saludaron a los miembros del Patronato, a los profesionales y a todos los pacientes y a sus familias. Descubrieron, delante de la fachada del hospital, un monolito con placa de bronce con una inscripción testimonio de su visita.



5 de Mayo

**Firma del Manifiesto para la Prevención Vial.**

Representantes de 11 entidades, entre ellas el Institut Guttmann, han promovido y elaborado una manifiesto que pretende abrir el debate en materia de seguridad viaria con el fin de que los partidos políticos incluyan medidas prioritarias sobre el tema en sus programas. Durante el año 2002 en Cataluña se produjeron 800 muertos y 30.000 heridos en accidentes de tráfico.

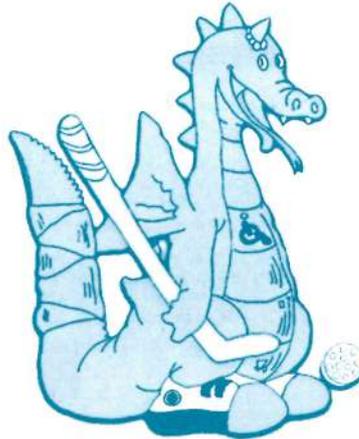




15 y 16 de Mayo

**XV Jornadas Técnicas:  
Neurorehabilitación y Lenguaje.**

Participaron doscientas cuarenta personas, profesionales del campo de la sanidad, la rehabilitación y la logopedia de diversos hospitales de España y Portugal.



**El Club Dracs Hoquei Guttmann es apadrinado por José Mari Bakero, exjugador azulgrana.**

Tras la presentación del acto, los Dracs, campeones de la liga 2002/2003, realizaron una exhibición de hockey en silla de ruedas eléctrica en el polideportivo del hospital.



**DISTRIBUIDORES AUTORIZADOS:**



**IBAIMEDICAL S.L.**

Bizkaia 12 bis, Dpto. Ibarakaldu  
Tfn.: 94-418 92 19 / Fax: 94-478 18 96  
Web: www.ibaimedical.com

Distribuidor exclusivo para País Vasco, Navarra, Cataluña, Cantabria, La Rioja y Aragón.



C/Bélgica, Parcela 36, Pol. Ind. Villalobón  
Tfn.: 979 71 26 10 / 979 71 36 51  
Fax: 979 71 23 08 PALENCIA, 34004.

CASTILLA-LEÓN.



**VAMERBE**

C/López Gómez 30  
Tel.: 983 302 888  
Fax: 983 302 722  
47002 VALLADOLID

CASTILLA-LEÓN.



Tenderina 36-Bajo.  
Tfn.: 985-26 00 80 / Fax: 985-20 38 25  
33010 OVIEDO.

ASTURIAS.



**ORTOMEDIC**

C/ Asociación 35 Sotano  
Almatriche 35018 (Las Palmas)  
Tfn./Fax: 928 67 64 77 CANARIAS



**DISAMA**

Primitivo Perez 17-Bajo.  
Tfn./Fax: 963 25 84 38  
E-mail: disama@telefonica.net  
03019 ALICANTE.

ALICANTE



**ORTOFAR S.L.**

Santos Patronos 40  
Tfn.: 96 155 21 50 / Fax: 96 157 12 05  
46900 Torrent.

VALENCIA.



Pagacon, S.L.  
División Ortopedia

Tfn.: 985 77 32 84  
Web: www.reort.com  
Asturias, Galicia y Comunidad de Madrid.

WEB: <http://www.reort.com>



**PROPIEDAD INDUSTRIAL:**

Tel.: 985 77 32 84 - Fax: 985 77 33 36  
Email: bastonamortiguado@gmx.net  
Avda. Prudencio González 17.  
33424 Posada de Llanera. ASTURIAS



Pagacon, S.L.  
División Ortopedia

### 10 y 11 de Junio

Visitaron las instalaciones del hospital dos grupos de profesionales que participaron en el **14º Congreso Internacional de Fisioterapia** celebrado en el Palacio de Congresos de Barcelona.

### 12 y 13 de Junio

#### Reunión Científica sobre las «Neuroprotesis para la rehabilitación».

Organizada conjuntamente por l'Escola Tècnica Superior d'Enginyeria de la UAB, el contenido de las sesiones trató de las diferentes tecnologías existentes y de los sistemas electrónicos para la recuperación de funciones perdidas mediante neuroprótesis, así como de las terapias y los tratamientos con neuroestimulación que se están aplicando en rehabilitación. Participaron más de 50 profesionales de la medicina y de la ingeniería.

### 25 de Junio

#### Firma de un Acuerdo de colaboración entre la Fundació del Gran Teatre del Liceu y la Fundació Institut de Neurorehabilitació Guttmann.

Ambas entidades elaborarán un plan piloto para facilitar el acceso a las diferentes actividades artísticas y culturales del Liceu de Barcelona a las personas en proceso de rehabilitación en Institut Guttmann.

### 1 de Julio

#### Presentación del libro «Todo es posible/Tot es possible» de Christopher Reeve.

Tuvo lugar en el auditoria del FNAC en la *Illa Diagonal* y participaron el escritor M. Serra, el Dr. J. Vidal i S. Cutillas los cuales ofrecieron sus puntos de vista y reflexiones en torno al contenido del libro. Asistieron más de 100 personas y hubo un animado coloquio final.

### 2 de Julio

#### Primera promoción de estudiantes del Postgrado en Neurorehabilitación.

Entrega de los Diplomas a 31 estudiantes en una sesión académica presidida por el profesor Miquel Vilardell, vicerrector de la UAB (Universitat Autònoma de Barcelona) y en la que intervinieron el Dr. Àlvar Net, decano de la Facultad de Medicina, el Dr. Xavier Navarro, profesor de Ciencias Básicas de la UAB, Josep M<sup>º</sup> Ramírez director gerente del Instituto de Neurorehabilitación Guttmann y el profesor Josep M. Tormos coordinador del área de investigación de nuestro hospital.

### 9 de Julio

#### Visita de la Ministra de Sanidad, Sra. Ana Pastor.

Visita oficial para conocer el nuevo hospital y mantener una reunión de trabajo con la dirección del centro para establecer criterios de colaboración mutua.



14-18 de Julio

### **Campus de Deporte Adaptado.**

Tuvo por objetivo iniciar en diversas disciplinas deportivas como el baloncesto, tenis, natación y esgrima a un grupo de 17 niños y niñas. Se celebró en Esplugues de Llobregat en las instalaciones del Consell Català de l'Esport. Colaboraron: Secretaria General de l'Esport (Departament de Cultura, Generalitat de Catalunya), Fundació Johan Cruyff, Federació Catalana d'Esports de Minusvàlids Físics, Federació Catalana de Tennis, Federació Catalana de Salvament i Socorrisme, Ambulancias Tomás y servicios de voluntarios de Cruz Roja Esplugues y Salesians de Sarrià.



## **AMBULANCIAS TOMAS**

### **SERVICIOS DE URGENCIAS 24 HORAS**

Concierto con S.C.S. (S. social)  
Concierto con compañías médicas  
Servicios de U.V.I. (con médico y A.T.S.)  
Servicios nacionales e internacionales  
Transporte adaptado (colectivo-individual)

### **AMBULANCIAS ADAPTADAS CON ELEVADOR PARA MINUSVÁLIDOS**

**TEL. 93 232 30 30 • FAX 93 231 71 71**

**Padilla, 165  
08013 Barcelona**



18 de Julio

### Visita del Presidente de la Generalitat de Catalunya.

El Hble. Sr. Jordi Pujol realizó una visita oficial a las instalaciones, saludó a los pacientes y pudo conocer de cerca la actividad asistencial, docente y de investigación que desarrolla nuestro hospital. Más tarde, el presidente firmó en el libro de honor de la institución y, en el jardín del hospital, descubrió una placa de bronce conmemorativa de su visita tras lo cual dirigió un cordial y emotivo parlamento a los numerosos asistentes al acto.



14 y 15 de Noviembre

**Colaboración en las VII Jornadas ASPAYM CATALUNYA.** La Jornada de Ocio, Deporte y Turismo se celebró en el Nuevo Instituto Guttmann y comprendió una charla sobre turismo accesible y exhibición de diversos deportes adaptados.





3 de Diciembre

### La Llum de Nadal.

Fiesta que promueve en un entorno lúdico y participativo la convivencia de niños con y sin discapacidad y que ha contado, como en años anteriores, con la colaboración del Club Super 3 de TV3. Esta actividad se ha celebrado, por primera vez, en el polideportivo del propio hospital y a ella han asistido mas de 600 niños de centros escolares de Badalona y Barcelona . Se ha contado con el apoyo de diversas firmas comerciales y con Voluntarios Badalona y de Cruz Roja.



19 y 22 de Diciembre

### Tardes Navideñas para niños y adultos en el Hospital.

Fiestas en las que las personas que siguen tratamiento, sus familias y acompañantes anticipan y celebran las fiestas navideñas con la participación de un espectáculo de animación, la visita de Papá Noel , alguna que otra sorpresa, y un sabroso chocolate con *melindros*.



**CLÍNICA DE L'AUTOMÒBIL**

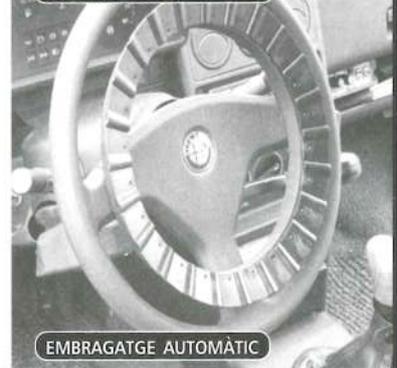
Distribuidor Oficial: I.M. GUIDOSIMPLEX

Montmany, 11 · 08012 Barcelona  
Tel. 213 25 55 · Fax. 284 85 09

St. Antoni Ma. Claret, 510  
08027 Barcelona · Tel. i Fax. 351 14 04

- Revisions per ITV.  
(oferim el servei de dur el cotxe a l'ITV).
- Reparació mecànica i elèctrica, planxisteria i pintura.
- Diagnosi electrònica (motor, suspensió, etc...)

ACCELERADOR ELECTRÒNIC



EMBRAGATGE AUTOMÀTIC

- Equips de conducció per vehicles de minusvàlid.
- Reparació de caixes de canvi automàtiques.
- Doble comandament per autoescoles.



CENTRALETA DE COMANDAMENTS PER INFRARROJOS



### Actividades de animación en el Hospital.

Desde octubre de 2002 un animador profesional, Oriol, gestiona y dinamiza el ocio en el hospital, con el fin de ofrecer entretenimiento y actividades de tiempo libre a las personas ingresadas, a sus familias y amistades.

Desde el inicio de su tarea el servicio ha promovido centenares de minutos de buen humor, risas y alegría tanto en la sala de ocio como en el resto del hospital. Celebraciones, talleres, juegos de salón, proyección de audiovisuales, gimcanas y competiciones, fiestas tradicionales, desfiles, exposición permanente de fotografías de las actividades... constituyen una oferta estimulante para, una vez realizado el programa terapéutico, llenar el tiempo libre de forma agradable y positiva.

## GRACARE

INSTITUT CATALÀ D'AJUDES TÈCNiques

C/ Galileu, 261 · 08028 BARCELONA  
Tel. 93 490 26 29 · 93 490 75 62  
Fax 93 490 75 73

De dilluns a dijous: 9 h a 13 h.  
16 h a 20 h.  
Divendres: 9 h a 13 h.  
16 h a 19:30 h.  
Dissabtes: 9:30 h a 13:30 h.

### ASSESSORAMENT I SUBMINISTRAMENT

- CLÍNQUES
- GERIÀTRICS
- HOSPITALS
- RESIDÈNCIES

### LI ASSESSOREM SOBRE:

- Ajudes PUA
- Ajudes Seguretat Social
- Tramitació P10 o PAO
- Material d'incontinència
- Adaptació Llar
- Documentació

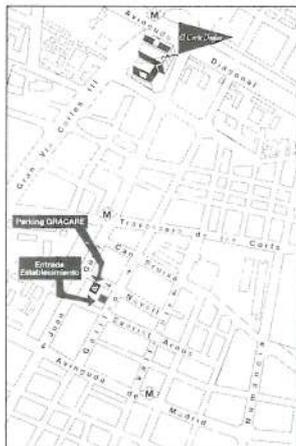
### TENIM UN EQUIP PROFESSIONAL AL VOSTRE SERVEI PER AJUDAR-VOS I FACILITAR-VOS LA:

- MOBILITAT
- REHABILITACIÓ
- MANIPULACIÓ
- COMUNICACIÓ
- CONTROL AMBIENTAL
- BARRERES ARQUITECTÒNIQUES



### 400 m<sup>2</sup> d'exposició

Plànol de situació



### AJUDES MOBILITAT

- Caminadors, croses, bastons

### CADIRES DE RODES

- D'alumini, titani, carboni
- Electròniques
- Bipedestació
- Especials (paraigua, paràlisi cerebral)
- Modulars

### HÀBITAT

- Mobiliari adaptat a la llar
- Agafadors bany
- Grues (elèctriques i hidràuliques)
- Llits (elèctrics i manuals)
- Seients hidràulics per al bany
- Taules, suplement wc, etc.
- Coberts especials, tissors, antirelliscades
- Sistemes de pujar escales (eruga, escala mòbil, plataformes, ascensors)

### MATERIAL ANTIESCARES

- Matalassos d'aire, aigua, silicona, etc.
- Coixins d'aigua, aire, silicona, gel, etc.
- Protectors antiescars

### REHABILITACIÓ

- Paral·leles, poltges, plans inclinats, matalassos petits, Kinetec, etc.

### SEIENTS ESPECIALS PER A CADIRES

- Seients mitjançant ordinador
- Sistema modular MOSS
- Sistema Jay
- Adaptacions especials

### COMUNICACIÓ

- Comunicadors
- Passapàgines
- Control ambiental

### MATERIAL INCONTINÈNCIA

- Col·lectors, sondes, bolquers, guants tacte i estèrils, bosses lit, bosses cama, etc.

### ADAPTACIÓ AUTOMÒBIL

- Comandaments, plataformes, grues, etc.

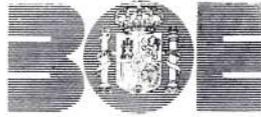
### SERVEI TÈCNIC DISPOSITIUS OCI I ESPORT

#### LLOGUER

CADIRES, GRUES, LLITS, KINETEC, etc.



## LEGISLACIÓN



**DIARI OFICIAL**  
DE LA GENERALITAT DE CATALUNYA



Real Decreto 2/2003 de fomento del empleo de las mujeres con minusvalía. Incremento de bonificaciones: 90% en la cotización empresarial por contingencias comunes si la mujer contratada tienen una edad igual o superior a 45 años. 80% en el caso de que sea menor de dicha edad. (BOE núm. 100 de 26 de abril de 2003).

Real Decreto de 12 de septiembre por el que se modifica otro de 23 de diciembre de 2002, de procedimiento para el reconocimiento, declaración y calificación del grado de minusvalía.

Orden SCO3158/2003, de 7 de noviembre, por la que se crea el Instituto de Investigación de Enfermedades Raras. (BOE núm 273 de 14 de noviembre de 2003).

Ley 40/2003 de 18 de noviembre de Protección a las Familias Numerosas. (BOE núm. 277 de 19 de noviembre de 2003).

Ley 41/2003, de 18 de noviembre, de protección patrimonial de las personas con discapacidad y de modificación del Código Civil, de la Ley de Enjuiciamiento Civil y de la Normativa Tributaria con esta finalidad. (BOE núm. 277 de 19 de noviembre de 2003).

Ley 42/2003, de 21 de noviembre, de modificación del Código Civil y de la Ley de Enjuiciamiento Civil en materia de relaciones familiares de los nietos con los abuelos. (BOE núm.280 de 22 de noviembre de 2003).

Ley 44/2003, de 21 de noviembre, de ordenación de las profesiones sanitarias. (BOE núm. 280 de 22 de noviembre de 2003).

Ley 51/2003, de 2 de diciembre, de igualdad de oportunidades, no discriminación y accesibilidad universal de las personas con discapacidad (BOE núm. 289 de 3 de diciembre de 2003).

Ley 52/2003, de 10 de diciembre, de disposiciones específicas en materia de Seguridad Social. (BOE núm. 296 de 11 de diciembre de 2003).

Ley 53/2003, de 10 de diciembre, sobre empleo público de discapacitados (BOE núm. 296 de 11 de diciembre de 2003).

Ley 56/2003, de 16 de diciembre, de Empleo. (BOE núm. 301 de 17 de diciembre de 2003).

Real Decreto 1539/2003 de 5 de diciembre, por el que se establecen coeficientes reductores de la edad de jubilación a favor de los trabajadores que acreditan un grado importante de minusvalía (BOE núm. 304 de 20 de diciembre de 2003).

Decreto 154/2003, de 10 de junio, sobre la Comisión interdepartamental de coordinación de actuaciones de l'Administración de la Generalitat orientadas a la infancia y a la adolescencia con discapacidades o con el riesgo de tenerlas. (DOG núm. 3918 de 4 de julio de 2003).

Resolución de convocatoria de subvenciones destinadas a apoyar actividades de cooperación al desarrollo y la solidaridad internacional. Decreto por el que se establece el currículo del ciclo formativo de grado superior de interpretación de la lengua de signos.

Resolución de 4 de julio, por la que se modifica el importe máximo destinado a la concesión de subvenciones del programa experimental de inserción laboral de personas con disminución y dificultades de inserción.

Ley 18/2003, de 4 de julio, de apoyo a las familias. (DOGC núm.3926 de 16 de julio de 2003). Entre varios aspectos, regula las medidas de apoyo a las familias con personas en situación de dependencia.

Decreto de 23 de septiembre, que crea el Observatorio Catalán del Envejecimiento con Dependencia.

Resolución de 30 de octubre, que da publicidad al acuerdo del Gobierno de la Generalitat de Catalunya de 21 de octubre, por el que se establecen los puntos de coordinación de las órdenes de protección de las víctimas de violencia doméstica.

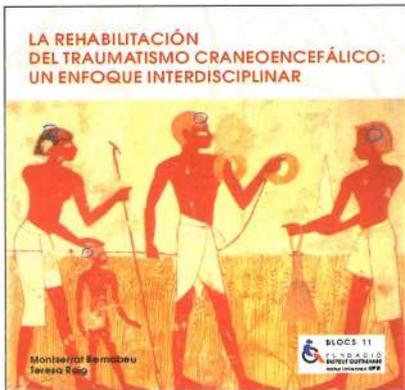


FUNDACIÓ  
INSTITUT GUTTMANN  
Institut Universitari **UAB**

**Colección de libros Blocs**

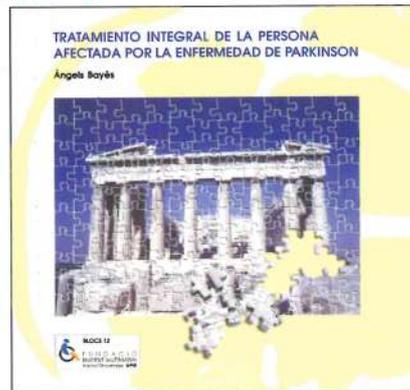
**ÚLTIMOS TÍTULOS  
PUBLICADOS**

**Blocs 11**



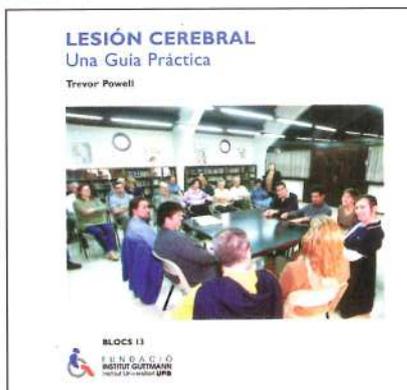
**LA REHABILITACIÓN DEL  
TRAUMATISMO CRANEOENCEFÁLICO:  
UN ENFOQUE INTERDISCIPLINAR**

**Blocs 12**



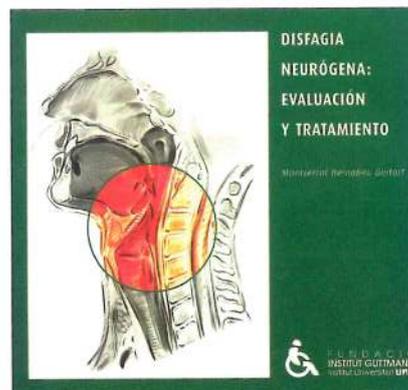
**TRATAMIENTO INTEGRAL DE LA  
PERSONA AFECTADA POR LA  
ENFERMEDAD DE PARKINSON**  
Àngels Bayés

**Blocs 13**



**LESIÓN CEREBRAL  
UNA GUÍA PRÁCTICA**  
Trevor Powell

**Blocs 14**



**DISFAGIA NEURÓGENA:  
EVALUACIÓN Y TRATAMIENTO**  
Montserrat Bernabeu Guitart

**Información y pedidos Tel. 93 497 77 00  
www.guttmann.com**