

ASPACE Cáceres

MARZO 2021

Contenido

- 03 **Saludo**
*Alberto Conejero, vicepresidente de ASPACE
Cáceres*
- 04 **Noticias**
*Arteterapia/ Técnica DNHS/ Exponemos /
Atención Temprana / Vacunación /
Formación en autismo*
- 10 **Entrevistas**
Gema Alegre
- 13 **Cocina con ASPACE**
Galletas de mantequilla
- 15 **ASPACE en los medios**
Daniel Fuentes / Mamen Arroyo
- 17 **Nuestras redes**
Destacados de Facebook



ALBERTO CONEJERO, VICEPRESIDENTE DE ASPACE CÁCERES

ASPACE Cáceres es una asociación que significa prestigio y buen hacer. Se levantó por el empeño y coraje de padres que lucharon para que existiera una entidad que atienda, con las máximas garantías y calidades, a sus hijos. A día de hoy, tiene un reconocimiento público sobresaliente gracias al fantástico equipo humano que representa nuestras siglas, con cinco centros operativos en la provincia de Cáceres.

Formo parte de la Junta Directiva de ASPACE Cáceres, como vicepresidente, desde hace unos años. Entré, precisamente, junto a Narciso. En aquel momento, algunos padres entendíamos que la asociación necesitaba un cambio. Lo que jamás pensamos es que sería tan radical. Nos pusimos el objetivo de implantar una nueva forma de entender la discapacidad, el trabajo y la formación. Era una situación, por cierto, de grandes dificultades, económicas y de otros ámbitos. Por suerte, la dedicación y el tiempo nos han dado la razón.

Mis funciones son las mismas que las del resto de la Junta Directiva. Somos un equipo que trabaja sin hacer mucho ruido, pero nos toca tomar decisiones y dirigir el rumbo de la asociación. Antes de ser vicepresidente, me desempeñé como vocal.

Me gustaría destacar que la evolución de la asociación desde que entré a formar parte de la Junta Directiva ha sido de 360 grados. Tenemos una economía saneada y somos una entidad en clara expansión, con cinco centros en la provincia que atienden a más de 500 usuarios y que cuentan con unos 150 trabajadores aproximadamente.

En este tiempo, se ha creado una nueva sede en Trujillo, y nuevas instalaciones en las sedes de Moraleja y de Jaraíz de la Vera; y en esta última hemos inaugurado en noviembre del año pasado la tan deseada residencia. Esto no para: seguimos ejecutando proyectos para mejorar la calidad de vida de todas las personas que acuden día a día a nuestras instalaciones.

Sinceramente, creo que tenemos capacidad suficiente para seguir creciendo de forma sostenida, y de formar a nuestros profesionales, que son los que cuidan y trabajan con las personas que requieren nuestros servicios, para ser cada día mejores e incrementar nuestra cartera de servicios para ser más eficientes y multidisciplinarios. Sin duda las familias están en buenas manos, ya que siempre trabajamos para que nuestros servicios sean de calidad y estén en la vanguardia.

ARTETERAPIA

Imaginación, creatividad y liberación emocional en ASPACE

Cáceres

“Todos somos artistas en ASPACE” es el lema del taller de arteterapia que organiza Lourdes González, psicóloga sanitaria y arteterapeuta, en el centro de la entidad en Cáceres desde el pasado mes de octubre.



La actividad forma parte de la programación anual del Centro de Día, aunque también están apuntadas personas usuarias de la residencia, y se imparte de lunes a viernes. El objetivo, señala González, “es utilizar el arte como vehículo de expresión para potenciar la imaginación, aumentar la autoestima y fortalecer la cohesión grupal, siempre buscando mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad”.

“Queremos servirnos de la práctica artística como herramienta de liberación de emociones”, explica la psicóloga, subrayando que se trata de una actividad “basada en los principios metodológicos de flexibilidad, individualización y adaptación”, la cual se realiza “en un contexto grupal tranquilo”, en el que se disfruta de un espacio amplio, luminoso y conocido por todos.

La creatividad es un bien común, y en mayor o menor medida, todas las personas somos capaces de encontrar la forma de desarrollarla, buscando soluciones creativas que nos ayuden en nuestro día a día. Para la arteterapeuta, “el arte capacita, habilita y posibilita una vía de comunicación con el mundo interno y externo”.

Asimismo, este taller promueve la inclusión de las personas con discapacidad, generando beneficios tanto para ellas como para concienciar a la sociedad. “Las obras que realizamos nos enseñan a mirarnos con cariño y no con lástima, pues el arte nos permite reconstruir los cánones de belleza aceptados por la mayor parte de la población”, manifiesta Lourdes.

Ser artista y tener discapacidad no es incompatible. Las obras que se están realizando, que recorren la historia del Arte desde la Prehistoria hasta nuestros días, son un claro ejemplo de ello. Tomando como referencia a ilustres como Gustav Klimt, Vasili Kandinsky, Frida Kahlo, Pablo Picasso, Jackson Pollock o Keith Haring, las personas que están asistiendo a este taller están confeccionando trabajos artísticos. Los resultados podrán apreciarse en una exposición que se celebrará una vez finalice la actividad.



TÉCNICA DNHS®

Objetivo: reducir la espasticidad y mejorar la funcionalidad de las personas con lesión en el sistema nervioso central

Tras haber finalizado con éxito el “Curso de especialización en punción seca en el paciente neurológico. Técnica DNHS®”, María Beato, fisioterapeuta en el centro de ASpace Cáceres en Trujillo, ha puesto en práctica dicha formación, obteniendo gratos avances.

El DNHS® es una técnica de punción seca con criterios diagnósticos y de aplicación específicos para el paciente neurológico, con el objetivo de disminuir la espasticidad y mejorar la funcionalidad de las personas con lesión en el sistema nervioso central.

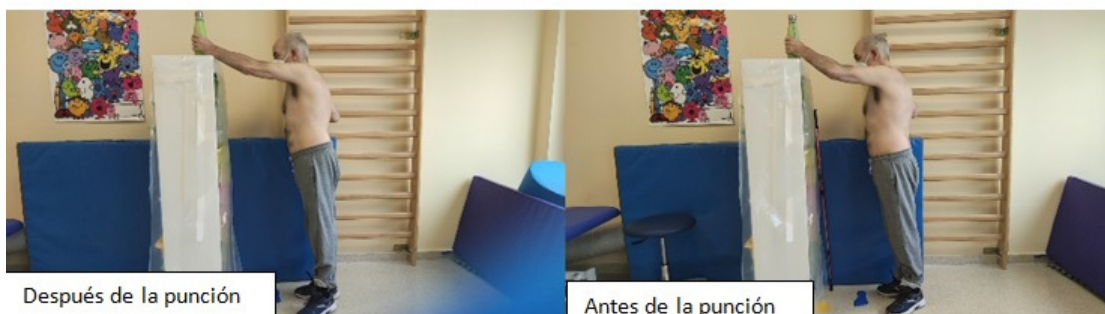
Previamente, se realiza una valoración de la persona, que incluye la entrevista clínica, la exploración física tanto a nivel funcional como analítico y la localización de la banda tensa en la musculatura que es considerada susceptible de tratar. Después se procede a explicar la técnica que se va a llevar a cabo y las sensaciones que pueden aparecer. Con las medidas de seguridad e higiene apropiadas se procede a la inserción de la aguja y se lleva a cabo la técnica.

Generalmente la inserción de la aguja no se siente. El dolor local que puede aparecer es el propio de la REL, el cual se describe como una sensación de hormigueo, leve dolor o calambre.

Los efectos terapéuticos que se obtienen son la disminución de la resistencia al movimiento pasivo, la mejora del reclutamiento motor e incremento en la funcionalidad.

Caso clínico

En las imágenes vemos las diferencias pre y post punción, en la flexión de codo durante el agarre funcional de una botella de agua en una estantería alta.



EXPONEMOS



23 cuadros de personas usuarias del centro de Jaraíz pueden visitarse **en el Museo del Pimentón** hasta el 24 de abril

El centro de Jaraíz de la Vera de ASPACE Cáceres ha organizado, en colaboración con el Ayuntamiento y el Museo del Pimentón de la localidad, una exposición de pintura donde lucen los lienzos creados por personas usuarias de la entidad.

En total, se muestran 23 cuadros realizados con diferentes técnicas pictóricas que representan elementos cotidianos.

La exposición, ubicada en el mencionado Museo del Pimentón, se inauguró el 24 de marzo y puede visitarse hasta el 12 de abril.

Desde ASPACE Cáceres, agradecen a las entidades colaboradoras la labor realizada para que sea posible celebrar este evento cultural, e invitan a visitarlo para descubrir “el mundo creativo e interior de las personas con discapacidad”.

Homenaje a Marciano Mesas

Dicha exposición cuenta con un espacio dedicado a Marciano Mesas Guinea, usuario del centro de ASPACE Cáceres en Jaraíz, y vecino de Talayuela,

www.aspacecaceres.es

que nos dejó en 2019 tras una larga enfermedad.

Marciano era una persona muy querida por todos, amante de la pintura y del deporte, y destacaba, entre otras bondades, por el cariño y el valor de la amistad que demostraba en cada momento.

No te olvidamos, compañero. Esperamos que, allá donde estés, sigas bailando y cantando como acostumbrabas cuando te convertías en el alma de la fiesta.



ATENCIÓN TEMPRANA

La sede de Trujillo realiza una charla informativa **sobre el servicio de Atención Temprana** en el Instituto Francisco de Orellana.

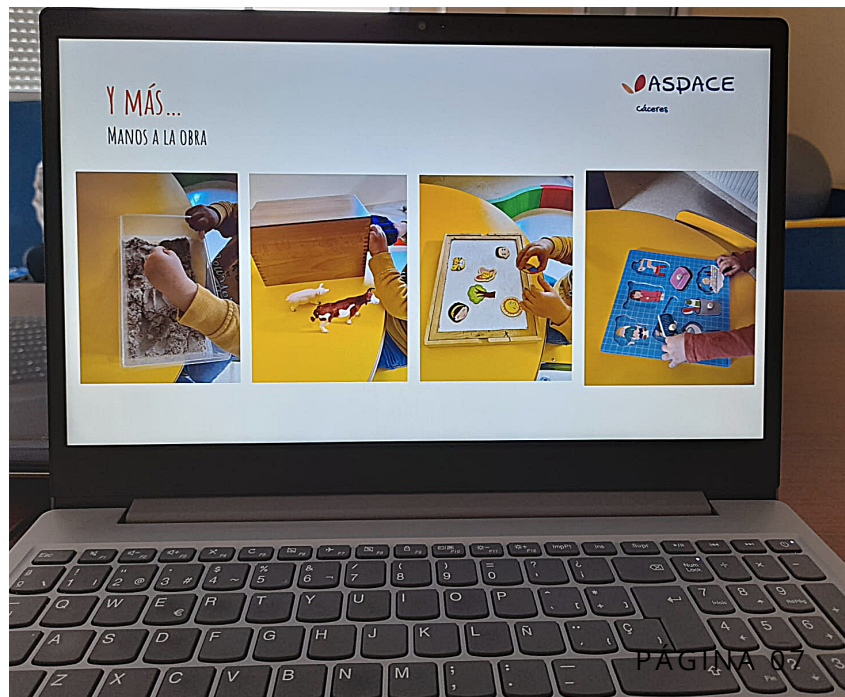
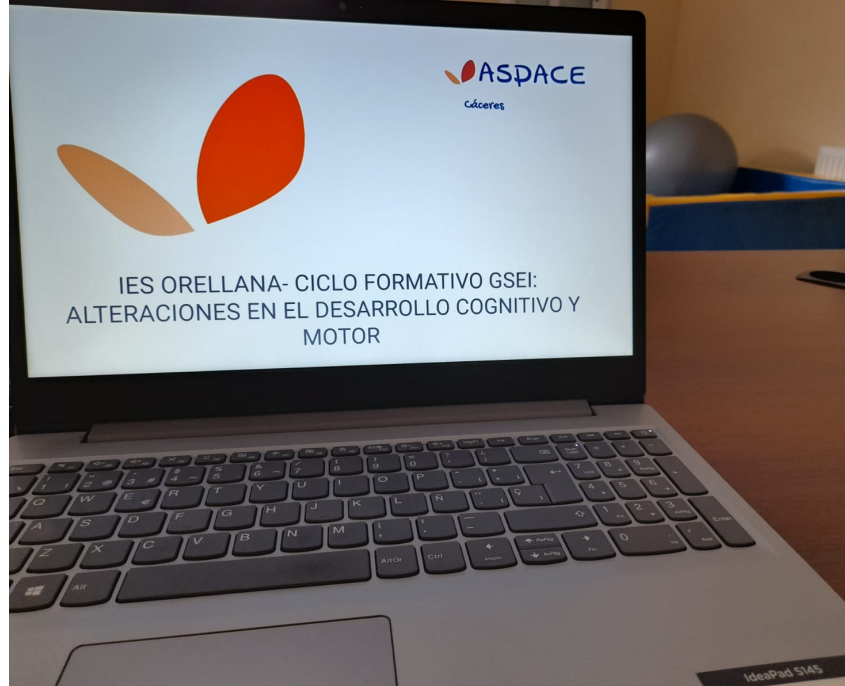
El mes pasado, la sede de Trujillo llevó a cabo una charla informativa sobre Atención Temprana en el Ciclo Formativo de Grado Superior en Educación Infantil del IES Francisco de Orellana

La iniciativa surgió como propuesta desde el propio curso, donde querían ofrecer a sus alumnos un conocimiento de intervención desde Atención Temprana en el área de la discapacidad.

Por ello, las compañeras Pilar Mayoral, terapeuta ocupacional, Belén Mesa, psicóloga, Elisabeth Pajuelo, terapeuta ocupacional y María Beato, fisioterapeuta de los servicios de Atención Temprana y Habilitación Funcional, han impartido este viernes una charla en colaboración con el mencionado CFGS.

Los contenidos iban encaminados a ampliar la formación del alumnado respecto a la asignatura "Alteraciones en el desarrollo cognitivo y motor en los "niños y niñas" de 0 a 6 años de edad y a partir de 6 años en adelante.

Agradecer a Estefanía, docente de la misma, por solicitar nuestra colaboración para esta iniciativa que tanta ilusión nos hace, pues nos encanta poder transmitir nuestra experiencia a todas aquellas personas interesadas.



VACUNACIÓN

Profesionales y personas usuarias de **todos los centros de Aspace Cáceres** han recibido, al menos, la primera dosis contra la Covid-19

El amplio equipo de profesionales y las personas usuarias de ASPACE Cáceres ya tienen, al menos, la primera dosis de la vacuna contra la Covid-19.

El último centro en vacunarse ha sido el de Trujillo, el pasado 26 de marzo. Será en el mes de junio cuando reciban la segunda dosis del antídoto.

Hasta el momento, el proceso ha transcurrido con total normalidad, no habiéndose producido efectos secundarios distintos a los que pueden esperarse.

ASPACE Cáceres quiere agradecer públicamente la labor de todo el personal sanitario que ha formado parte de este procedimiento, por el buen trato y la profesionalidad que han mostrado en todo momento.

Desde la entidad indican que "la luz al final del túnel está más cerca", y si no se producen imprevistos, la normalidad (manteniendo las medidas sanitarias y sin bajar la guardia en ningún momento) podría regresar pronto a sus instalaciones.

Asimismo, ASPACE Cáceres subraya la disposición que ha tenido su plantilla a la hora de vacunarse, siendo ejemplo de solidaridad con todas las personas que acuden diariamente a los distintos centros de la provincia, pero también con el resto de la población.



FORMACIÓN EN AUTISMO

Profesionales de **los centros de Aspace Cáceres** han recibido, durante algunos meses formación en las herramientas ADOS-2 y ADI-R

Durante parte del periodo de cuarentena ocasionada por la Covid-19, las profesionales de ASPACE Cáceres en sus sedes de Trujillo y Cáceres, Pilar Mayoral, Elisabeth Pajuelo, Rocío Casado y Laura Domínguez observaron la necesidad de una formación ante el aumento considerable de los casos detectados y diagnosticados con TEA (Trastorno del Espectro Autista) en los últimos años. Por ello, buscaron una formación en las herramientas ADOS-2 y ADI-R que les ha proporcionado la adquisición de destrezas para tener una visión más clínica de la sintomatología de las personas con TEA. Así como su posterior intervención de manera específica tanto con ellos y como con su entorno.

El perfil profesional está formado por terapeutas ocupacionales y logopedas que intervienen en los servicios de Atención Temprana y Habilitación Funcional.

Las profesionales señalan que "ambos instrumentos diagnósticos son de gran complejidad en su administración, y han sido diseñados especialmente para su uso en investigación, siendo imprescindible la acreditación de haber recibido la formación para su aplicación".

Además, añaden que "para acceder a esta formación es necesaria alguna experiencia clínica previa en el campo del TEA"

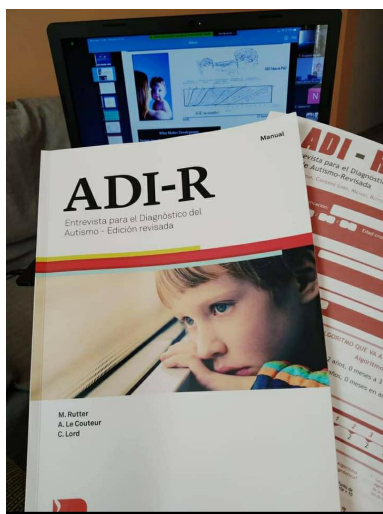
La formación está acreditada de acuerdo a los estándares internacionales. Por otro lado, es importante subrayar que ambos instrumentos son una herramienta más a la hora de acompañar en el proceso diagnóstico del TEA, pues hay que complementar a otras pruebas estandarizadas, la observación clínica de la persona y la aportación de datos diagnósticos de otros profesionales.

En el periodo de tiempo que llevan nuestros servicios de nuevo activos de manera presencial, esta formación ya sido aplicada.

Se ha llevado a cabo la administración de algunos módulos del ADOS-2 en niños de diferentes edades y capacidades. Esto ha servido para complementar informes y poder intercambiar datos clínicos con otros profesionales con los que están coordinados: neuropediatras o médicos psiquiatras, entre otros.

Las familias apoyan esta formación

Respecto a las familias, estamos muy agradecidas, ya que cuando informamos de que vamos a llevar a cabo una formación específica para cubrir las necesidades de sus hijos, son los primeros en apoyarnos", señala una de las profesionales de ASPACE Cáceres.



Sienten (y mucho)

Por Carlos Díaz

Hoy conversamos con Gema Alegre, madre de Diego, un chico de 15 años con TEA (trastorno del espectro autista) que acude dos veces por semana al centro de ASPACE Cáceres en Jaraíz de la Vera.

Cuando se declaró el estado de alarma y se decretó el confinamiento, Diego, una de las más de dos mil personas en España que padecen esta afección neurológica, dejó de realizar algunas de las actividades con las que más disfruta: dar vueltas en el coche de sus padres saludando a la gente, tomar café en su establecimiento favorito, ir a la tienda a comprar golosinas... Esto supuso un cambio total en su rutina que, sobre todo al principio, fue difícil de aceptar.

El apoyo constante, tanto de las terapeutas ASPACE Cáceres como del profesorado del Colegio Ponce de León de Plasencia, fue clave para que el joven y su familia se sobrepusieran a una situación que fue complicada para toda la sociedad en general, pero más si cabe para las personas con autismo, unas de las grandes olvidadas durante los momentos más duros de la pandemia.

Pregunta. ¿Cuándo os enterasteis de que Diego tenía autismo?

Respuesta. Fue a los dos años. Ya estábamos sospechando algo, porque fue a verlo a la guardería el equipo de Atención Temprana de Plasencia.



P. ¿El tener un hijo con TEA os ha cambiado mucho la vida?

R. Al 100%. Nos tuvimos que adaptar a sus rutinas, aprender a controlar sus rabietas, a realizar los pictogramas para su comunicación... Hoy, gracias a todo el esfuerzo realizado por nosotros, el centro de Jaraíz de ASPACE Cáceres y el Colegio Ponce de León, la verdad es que Diego va muchísimo mejor.

Lo llevamos genial, ya que nos enseña muchísimas cosas diariamente. También, añado la gran ayuda de su hermano pequeño, Adrián, que está totalmente involucrado con él.

P. ¿De qué manera interviene ASPACE Cáceres en su día a día?

R. Enseñándole a realizar actividades de la vida diaria, guiándonos sobre cómo tenemos que actuar nosotros en casa... Diego considera a ASPACE su segunda familia. El día que no va lo pasa fatal.

"Diego considera a ASPACE su segunda familia"

P. ¿Sigue algún tratamiento?

R. Tiene dos veces por semana tratamiento de logopedia, terapia ocupacional y psicología.

P. Qué opinas de la polémica afirmación de que los niños y niñas con autismo no son capaces de sentir y expresar afecto.

R. Pues que es mentira. Claro que son capaces de sentir y expresar emociones y afecto. Es más, estos niños pueden tener más sentimientos que cualquier persona, sin ningún tipo de problema, y les afecta cualquier cosa muchísimo más que a nosotros. En el caso de Diego, cuando falta, por algún motivo, una persona de su vida diaria, a él le afecta un montón. Se piensa que le ha pasado algo y se preocupa.

P. Respecto a Diego, ¿qué es lo que más disfruta haciendo?

R. Lo que más le gusta es jugar con la tablet, escuchar música, saludar a la gente, pintar, dar la vuelta con el coche. Disfruta yendo a un sitio específico a tomar un café, a comprar sus chuches...

P. ¿Qué momento con él recordáis con especial emoción?

R. Hay muchos. La primera vez que tuvo contacto visual con nosotros, el día de su comunión, cuando se graduó en primaria. En los momentos importantes de su vida, ha disfrutado como cualquier niño o niña en su situación. Es emocionante.

P. Vivimos un contexto, a nivel global, marcado por la Covid-19. ¿Cuáles fueron las principales dificultades durante el confinamiento?

R. Quitar de su rutina el no ir al colegio, a ASPACE, no ver a sus abuelos, que hasta entonces los veíamos a diario, no dar la vuelta en el coche, no tomarnos el café de los domingos... Para él ha sido muy duro, al igual que para nosotros.

P. Se habla de que las personas que padecen este trastorno son unas de las grandes olvidadas por el Gobierno durante la pandemia, ¿lo sientes así?

R. Al principio, sí. Lo veíamos todo oscuro y no había salida por ningún sitio. Hemos sentido que estas personas han sido olvidadas, hasta que permitieron que salieran un rato de casa.

"Pueden tener más sentimientos que cualquier persona"

P. ¿Habéis recibido alguna ayuda para afrontar esta situación?

R. De ASPACE y del Ponce de León. Por parte de ASPACE, las terapeutas han estado en contacto con nosotros a menudo. Nos mandaban actividades para poder realizarlas con Diego y así no perder su ritmo de trabajo. Y con el colegio hemos tenido videoconferencias todas las semanas, lo que ha sido de una grandísima ayuda.

P. Si tuvieras que aconsejar a unos padres que sospechan que su hijo tiene autismo, ¿qué les dirías?

R. En primer lugar, les transmitiría tranquilidad. Les aconsejaría que acudieran a su pediatra, para que lo valore y lo derive a un centro especialista en el que puedan darle un diagnóstico claro. Una vez se haya confirmado, que tengan mucho ánimo y no hagan caso de comentarios negativos. Hay que ver la luz.

P. ¿Crees que la población, en general, dispone de suficiente información sobre esta cuestión?

R. No, para nada. Creo que si preguntas a muchas personas qué es un TEA, muchas no saben ni responder. Hay que dar más visibilidad al autismo, y no sólo en fechas clave, sino a lo largo del año.

P. ¿Qué papel juegan los medios de comunicación en concienciar sobre el TEA?

R. Deben dar a la sociedad una imagen real y positiva de las personas con TEA. Es necesario que haya muchísima más visibilidad. No tiene que verse el autismo como algo negativo, sino al revés, hay que percibirlo como algo positivo, como una forma de conseguir los retos que nos proponemos.

P. Cambiando de tema, ¿los profesores de una escuela convencional están cualificados para la formación de una persona con TEA?

R. En líneas generales, no. Aunque existe la posibilidad de que haya alguno que tenga cursos y preparación para trabajar con niños con TEA, como es el caso de una profesora de Diego.

P. En tu opinión, ¿se está avanzando para incrementar la inclusión de las personas con autismo?

R. Poco a poco se están consiguiendo avances en cuanto a su inclusión. Pero hay que seguir luchando para que esta sea absolutamente plena.



"Los medios de comunicación tienen que dar muchísima más visibilidad a las personas con TEA"

P. Por último, como madre de una persona con autismo, si tuvieras que lanzar un mensaje reivindicativo a la sociedad, ¿qué te gustaría transmitir?

R. Que las personas con autismo son seres súper cariñosos, son dulces, son capaces de sentir como los demás. Deben ser aceptados en todos los ámbitos de la vida y no sufrir discriminaciones. Pido tolerancia, respeto y que la sociedad se conciencie cada día más con ellos.

COCINA CON ASPACE CÁCERES



Hoy cocinamos



Galletas de mantequilla

Ingredientes:

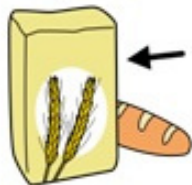
- 200 gramos de mantequilla (a temperatura ambiente).



- 120 gramos de azúcar.



- 280 gramos de harina de trigo.



- 1 cucharadita de esencia de vainilla.



Preparación:

-En un bol comenzamos mezclando la mantequilla (a temperatura ambiente) con el azúcar.



- Una vez mezclado añadimos una cucharadita de esencia de vainilla.



-Continuamos con la harina tamizada. Pasamos la harina por un colador antes de incorporarla al bol. Mezclamos bien.



-Dar forma a la masa. Hacer un rollito con la ayuda del papel film y meterlo en la nevera durante más o menos una hora.



- Cortar rodajas de 1 cm más o menos y hornearlas.



-Las ponemos en una bandeja de horno cortadas, y las horneamos a 180 durante unos 11-12 minutos.



-Cuando veamos que se empiezan a dorar los bordes las sacamos.



ASPACE EN LOS MEDIOS



Daniel Fuentes, usuario de ASPACE Cáceres, ha aparecido en el programa "**La Noche con Ángel**" de Sentir Cáceres TV, haciendo lo que más le gusta: montar a caballo. [VER VÍDEO](#)



Mamen Arroyo, presentadora de televisión y terapeuta ocupacional de ASPACE Cáceres, ha sido entrevistada en **Canal Extremadura** por el Día Internacional de la Mujer. [VER VÍDEO](#)

A close-up photograph of a person's hands holding a pink smartphone. The person is wearing a blue denim jacket. The background is blurred, showing a white wall and some greenery. The ASPACE logo is overlaid on the phone. The logo consists of two overlapping circles, one orange and one yellow, followed by the word "ASPACE" in a blue, rounded, sans-serif font.

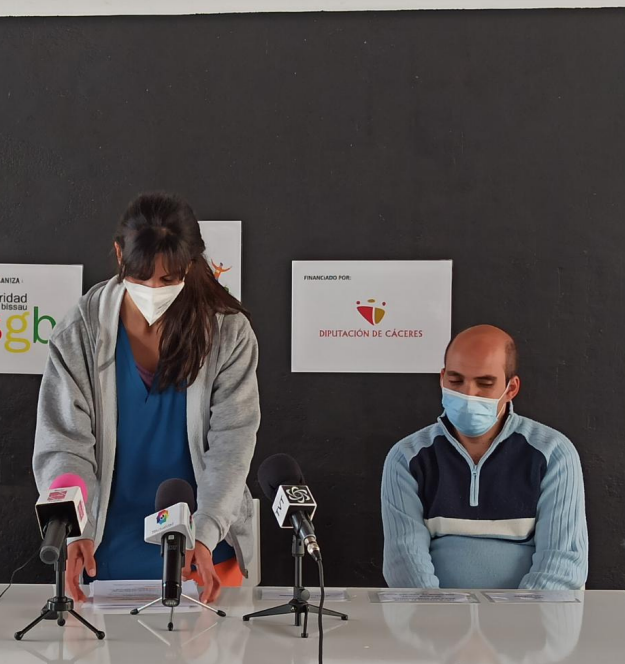
ASPACE

Cáceres

¡SÍGANOS EN FACEBOOK!
(CLICK EN EL LOGO DE ASPACE)

DESTACADOS DE FACEBOOK

[Pinche en la imagen](#) y será redirigido a la publicación



Quiénes somos

- X **José Acevedo** / Gerente de ASPACE Cáceres
mail: jose.acevedo@aspacecaceres.es
- X **Cristina Burgos** / Coordinadora de Comunicación de ASPACE Cáceres
mail: cristina.burgos@aspacecaceres.es
- X **Carlos Díaz** / Redacción y maquetación
mail: carlos.diaz@aspacecaceres.es
- X **Ester Clemente** / Responsable de comunicación del centro de Cáceres
mail: ester.clemente@aspacecaceres.es
- X **Virginia Gómez** / Responsable de comunicación del centro de Jaraíz
mail: virginia.gomez@aspacecaceres.es
- X **Irene Valhondo** / Responsable de comunicación del centro de Plasencia
mail: irene.valhondo@aspacecaceres.es
- X **Elena Galán** / Responsable de comunicación del centro de Trujillo
mail: elena.galan@aspacecaceres.es
- X **Fátima Rodríguez** / Responsable de comunicación del centro de Moraleja
mail: fatima.rodriguez@aspacecaceres.es

