

SIN BARRERAS

Autonomía personal: el sueño de las personas con esclerosis múltiple

En 2014, catorce usuarios de la Fundación Aragonesa de Esclerosis Múltiple (Fadema) se benefician de un programa de ayuda que les permite retomar su vida cotidiana y planificar su tiempo libre, gracias al apoyo de técnicos especializados

ZARAGOZA. Desde hace unos meses, Ana Sarto acude, una vez a la semana, a hacer la compra al supermercado que hay cerca de su casa. Lo hace en su silla de ruedas, acompañada por Iria Cebrián, técnico en promoción de autonomía personal que la Fundación Aragonesa de Esclerosis Múltiple (Fadema) ha puesto a su disposición para ayudarle a hacer más cómoda su vida cotidiana.

Ana es una de las catorce personas que, este año, se están beneficiando del Programa de Promoción de la Autonomía Personal, diseñado y financiado por la Federación Española de Lucha contra la Esclerosis Múltiple, a través de una subvención del Ministerio de Sanidad y que, en Aragón, se desarrolla, desde hace un tiempo, a través de la Unidad de Esclerosis Múltiple del Centro de Neurorehabilitación de Fadema.

«El objetivo de esta actividad es conseguir que los usuarios recuperen el máximo de autonomía posible y mejoren su calidad de vida y también la de sus familiares», señala Iria Cebrián.

Para ello, se desarrollan actividades en el entorno comunitario y también en el centro de día y la residencia de Fadema, entidad con más de 400 socios, que cuenta con un centro de rehabilitación, centro de día y una residencia con 19 plazas privadas y concertadas.

«Gracias a esta iniciativa he recuperado parte de mi autonomía, porque con Iria también voy sola a mis clases de yoga o he podido ir a hacer recados, de manera que vuelvo a hacer cosas que ya no podía por mi falta de movilidad. Además, es un respiro para nuestros familiares que son los que nos ayudan y apoyan continuamente», apunta Ana Sarto.



Sobre estas líneas, un grupo de usuarios de Fadema, durante uno de los talleres que se imparten en el centro. En la imagen de la izquierda, Iria (a la derecha) habla con Ana y Nieves (la primera a la izquierda), dos de las usuarias del programa de fomento de la autonomía.

CARLOS MUÑOZ

Ella se beneficia de la ayuda en su entorno comunitario, pero otros usuarios, cinco, reciben apoyo en las actividades que realizan dentro del centro de día y residencia de Fadema, unas modernas instalaciones donde se atienden las necesidades de estas personas. «Gracias a este programa aprovechamos para hacer muchas más actividades de las que antes hacíamos. Leemos, hacemos sudokus o jugamos a 'Pasapalabra'», indica Nieves Albarado, quien lleva más de 25 de sus 53 años haciendo frente a esta dolencia.

«Entre las metas del programa

Día Mundial

■ El 28 de mayo se celebra el Día Mundial de la Esclerosis Múltiple. En Fadema han organizado un amplio programa de actividades que comenzará el 26 de mayo decorando su sede con flores elaboradas por ellos mismos. El día 28 habrá jornada de puertas abiertas y el viernes 30, exhibición canina. Más información: www.fadema.org

de autonomía está el poder llegar a otras parcelas que quizás no se pueden abordar en el centro de neurorehabilitación, con el fin de dar continuidad al tratamiento integral y plan de trabajo que se tiene con los usuarios. Todo ello, en colaboración con el equipo interdisciplinar de Fadema, que marca los objetivos», apunta Iria.

En el caso del programa fuera del domicilio, apuesta por fomentar las actividades al aire libre, a la vez que les ayudan a utilizar los recursos que tiene Zaragoza, tanto en materia de cultura como de ocio. «Lo que para otras personas

es algo común y rutinario, para nosotros es todo un reto, como, por ejemplo, subir al autobús rojo para ir a dar un paseo por la plaza del Pilar. Gracias a este programa, todo esto es posible y mucho más fácil, porque Iria es nuestros brazos y nuestras piernas», concluye Ana.

Más información:

- Fundación Aragonesa de Esclerosis Múltiple.
- C/ Pablo Ruiz Picasso, 64, Zaragoza. Teléfono: 976 742 767.
- www.fadema.org

ANA ESTEBAN