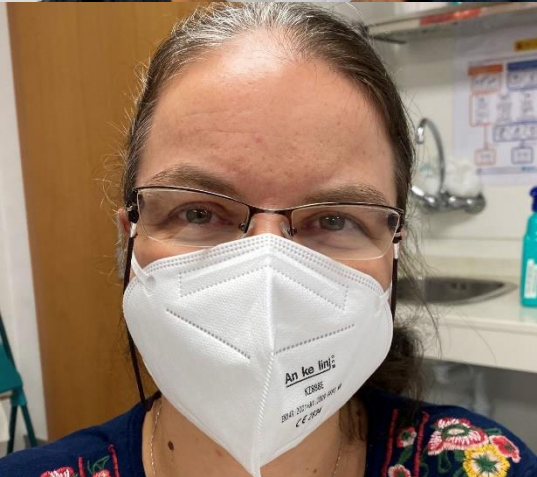
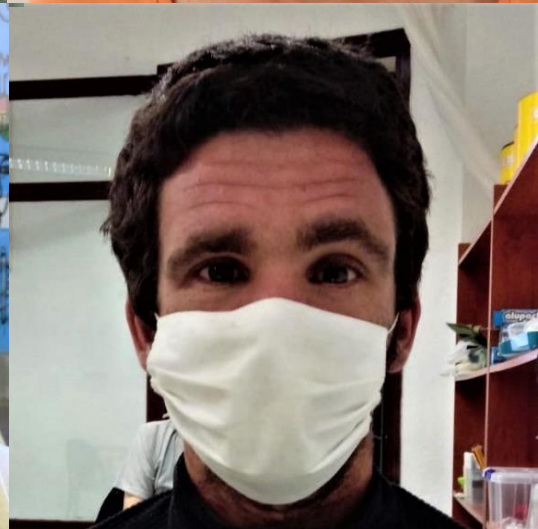
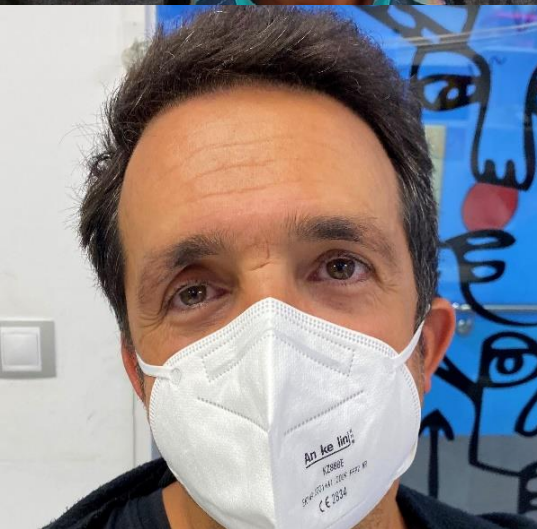
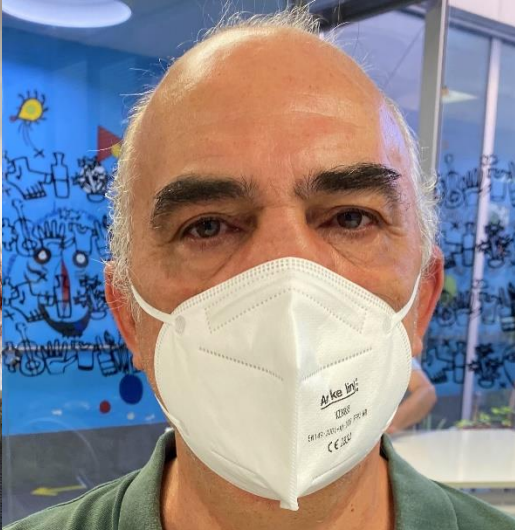




REVISTA INFORMATIVA

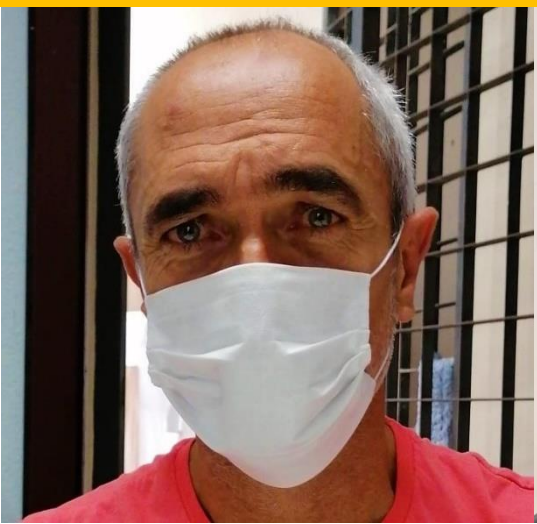
NÚMERO 27 DICIEMBRE 2020

RESUMEN CURSO 19/20 Y FINAL 2020



nueva opción

Asociación de Daño Cerebral
Adquirido de Valencia



NUEVA OPCIÓN
Asociación de
Daño Cerebral Adquirido
de Valencia

**Registro de Asociaciones de
la Generalitat Valenciana,
nº 7467, Sección 1era. del
Registro Provincial de
Valencia -
CIF: G-96.477.195.**

**Declarada Entidad de
Utilidad
Pública por el Ministerio del
Interior el 16 de abril de
2009.**

**96 361 20 16
info@nuevaopcion.es
nuevaopcion.es**

Índice

Portada	Página 1
Índice	Página 2
Editorial	Página 3
XII Viaje de convivencia	Página 4
Confusión Festival	Página 5
Hamlet Experience 2.0	Página 6
Día Nacional del DCA 2019	Página 7
Halloween 2019	Página 9
Charlas de prevención vial	Página 10
VIII Jornada de DCA de Nueva Opción	Página 11
XVIII Festival de Navidad 2019	Página 14
Comida de Navidad	Página 16
Nuevos Centros de Actividades	Página 17
Escuela de Familias	Página 19
Mural Centro de Día II	Página 22
Nueva Opción durante el Covid-19	Página 23
Ap-S Colegio El Armelar	Página 27
Curso online Cocina Familias	Página 29
Fiesta Hippie	Página 30
Grupo Ayuda Mutua	Página 31
Encuesta XXV Aniversario Nueva Opción	Página 33
IX Jornada de DCA de Nueva Opción	Página 36
Premio Cartelera Turia	Página 37
Día Nacional del DCA 2020	Página 38
Convenio Fundación Per Amor a l'Art	Página 40
Exposición artística "Enlaira la mirada"	Página 41
Belén de Navidad	Página 43
XIX Festival de Navidad 2020	Página 44
Carteles campaña Inteligencia Afectiva	Página 45
Contraportada y redes	Página 46

Publicación escrita por el
área de Comunicación
de Nueva Opción.



PORTADA: personas usuarias de los distintos Centros de Día y de Actividades de Nueva Opción, portando mascarilla por la situación sanitaria derivada del Covid-19.

EDITORIAL LA COVID-19 NO NOS HARÁ RETROCEDER

Por Paco Quiles, codirector de Nueva Opción.

Si preguntáramos a cualquier persona qué 2020 vislumbraba tras ingerir la última uva que despedía 2019, seguro que no era tal y como lo está viviendo ahora, tampoco lo era para Nueva Opción, que preveía un hermoso año cargado de actos y celebraciones para festejar su XXV aniversario al servicio a la ciudadanía. Sí, son 25 años en los que cientos de personas se han involucrado, de una u otra manera, en un proyecto que nació gracias a un grupo de familias que, a finales de 1994, organizaba el primer grupo de autoayuda gracias a la mediación de Concha Femenías, enfermera del Hospital Clínico y a la que hay que estar eternamente agradecidos y agradecidas por su generosidad e implicación. Nueva Opción nacía como Asociación de Lesionados Traumáticos, en 1995.

Pronto aparecía la figura de Alfredo Chilet, párroco de la Parroquia la Resurrección del Señor, que nos cedió un pequeño espacio. Posteriormente sucederían a este espacio los pequeños locales de la calle En Bou y Zapatería de los Niños, actual sede social, y posteriormente calle Greses que nos ofrecía un destartalado espacio que, poco a poco, fue convirtiéndose en nuestro hogar a base del esfuerzo de todos y todas, hasta convertirse en nuestro primer Centro de Día de DCA. Más recientes son el Centro de Día de la calle Masquefa, Nueva Opción II, y los Centros de Actividades de València y el ubicado en el hospital de Xàtiva.

Es digno recordar a las juntas directivas, sus presidentes y presidentas, que se volcaron en la gestión de la Asociación y que velaron por el cumplimiento de las decisiones adoptadas por la asamblea de personas asociadas. Un recuerdo especial para Salvador Rostoll, primer presidente de Nueva Opción y, posteriormente, tesorero, que fallecía sin poder inaugurar, como a él le hubiera gustado, el primer Centro de Día. Como no, también felicitar la labor de las personas que durante este tiempo han dirigido Nueva Opción.

Estos años no han estado exentos de situaciones complicadas salvadas por el enorme esfuerzo realizado por todas las personas que conforman esta gran familia, recordemos aquellos años de la llamada crisis del ladrillo que nos llevó a un ERE de dos años, entre 2011 y 2013, pero del que salimos más fuertes que nunca.

Cómo afrontar los tiempos que vienen es una gran incertidumbre marcada por la pandemia provocada por la Covid-19. Actualmente, la necesidad de mantener la distancia interpersonal y llevar un exhaustivo control de los protocolos de seguridad e higiene nos ha obligado a reducir al 50% el número de personas que se atiende a diario en cada Centro, así como a evitar atender físicamente a las familias que requieren nuestro apoyo en la Asociación. Sin embargo, confiamos que, al igual que no dudamos en atender a las personas usuarias durante el Estado de Alarma, todo lo que pueda ocurrir en un futuro se encontrará con una respuesta contundente: para Nueva Opción la atención de las personas está por encima de todo y la Covid-19 no nos hará retroceder.

No queremos acabar esta editorial sin mencionar a dos personas muy especiales que nos dejaron este 2020.

Nando Llácer, socio y voluntario, que fallecía en abril de este año. Nando encontró en Nueva Opción un lugar donde poder compartir su situación como persona afectada como consecuencia de un tumor cerebral. Sus idas y venidas le servían para encontrar el cariño, que era mutuo, de los y las profesionales de la Asociación. Su cercanía y cariño hacia la Asociación quedó plasmada en el legado que nos ha dejado y del que sabremos darle el uso que se merece.

Por último, recordar a Enrique "Quique" Íñiguez. Quique siempre fue una persona que se mantuvo en un segundo plano, pero siempre estaba ahí para cualquier cosa que necesitaras. Posiblemente no ha habido persona con más sentimiento de pertenencia a Nueva Opción. Querido por todos y todas lo recordaremos acompañando a Quique, su hijo, allá donde tuviera que ir. También lo recordaremos aparcado en la puerta del Centro esperando a Concha, su mujer, y tesorera de la Asociación. Él, persona pensativa y observadora, sabía perfectamente qué decir y cuando hacerlo, cómo sacarte una sonrisa y cómo demostrarte cariño.

A ambos, Nando y Quique, todo nuestro afecto y cariño.

XII VIAJE DE CONVIVENCIA

Del 3 al 5 de septiembre del 2019, el Centro de Día hizo su decimosegundo viaje de convivencia anual, en La Salle Lliria.

En él se programaron diversos talleres para nuestras personas usuarias, como de velas, de broches de goma eva, botellas de sal de colores, de pinchos de fruta, de pasta de sal, de marco de fotos, de botella tapón, cespín...

Hicimos nuestra habitual visita a los animales de la granja, algunos de los cuales ya son como de la familia, tras visitarlos cada año. Y se realizaron veladas nocturnas, una de cuentos para pensar y playbacks; y la otra de nuestro también tradicional karaoke, que no falta en ninguno de nuestros viajes, y que tanto gusta.

Como siempre, esta convivencia se aprovechó como toma de contacto a la vuelta a la actividad tras las vacaciones de verano, y como respiro familiar.



CONFUSIÓN FESTIVAL

Como novedad, en el año 2019, Nueva Opción participó en la VI edición del ConFusión Festival, un evento artístico-cultural basado en la libre expresión. Gratuito y sin ánimo de lucro, pretendió estimular la colaboración y cohesión social del barrio, a través de todas las actividades que se llevaron a cabo.

El sábado 19 de octubre, el Centro de Día abrió sus puertas a Benimaclet, y se convirtió en un escenario en los que se pudieron ver exposiciones de cuadros, esculturas y cortometrajes, realizados por nuestros/as usuarios/as de los dos Centros de Día.

Alrededor de 100 personas nos visitaron a lo largo de la jornada, y ahora conocen a la entidad, nuestra labor y desempeño.

Fue una bonita experiencia, una oportunidad para abrirnos al barrio de Benimaclet, para

darnos a conocer a gente que no tiene relación con el DCA ni con la Asociación.

Si en algún momento nos necesitaran, ya saben dónde pueden acudir.



HAMLET EXPERIENCE 2.0



Del 22 al 26 de octubre del año pasado, en el marco del Día Nacional del Daño Cerebral Adquirido y el Día Europeo del Despertar, personas con DCA de la Asociación “Gli Amici di Luca” de Bolonia, en Italia, con la que estamos hermanados/as desde el año 2015, se desplazaron hasta València para presentar la obra “Hamlet Experience 2.0” con Nueva Opción. Es la segunda vez que “Gli Amici di Luca” vienen a nuestra ciudad y colaboramos con ellos, la primera fue en el 2017 y presentamos juntos la obra de teatro “In Progress” en el Teatro Olympia.

En esta ocasión, la obra se representó en la Sala Russafa, el jueves 24 de octubre. Nos trajeron una adaptación de Hamlet, la archiconocida obra

de Shakespeare. También esta vez, además de anfitriones/as, participamos activamente en la obra, a través de algunos audios y vídeos que se proyectaron durante la función y sobre el escenario, con la actuación de algunos/as usuarios/as, profesionales, estudiantes en prácticas y voluntarios/as de Nueva Opción.

Ambas entidades organizamos una exposición fotográfica hechas por Gabriele Fiolo de la Asociación “Tempo e Diaphragm”, que mostraba parte del trabajo realizado en Bolonia. Dicha exposición estuvo expuesta en la Facultad de Psicología de la Universidad de València.

Queremos agradecer a todas las personas que acudieron a ver la obra, ya que actividades de este tipo son las que hacen que el Daño Cerebral Adquirido sea cada vez más visible, y facilitan la integración social y normalización.

DÍA NACIONAL DEL DCA 2019

Como ya sabéis, el 26 de octubre se celebra el Día del Daño Cerebral Adquirido, para conmemorarlo, el pasado año 2019, el día 27 de octubre celebramos, en el antiguo cauce del río Turia, una jornada que, además de visibilizar al colectivo, quiso ser una propuesta lúdica para toda la familia. Desde las 10 de la mañana y hasta las 2 de la tarde, disfrutamos del tradicional mercadillo solidario, juegos para los más pequeños y una muestra de boccia.



También, se hizo la lectura del manifiesto elaborado desde la Federación Española (FEDACE), que en esta ocasión tenía el título “Te puede pasar a ti, le puede pasar a cualquiera”. Éste, recogió las peticiones, demandas y compromisos necesarios para hacer efectivos los derechos de ciudadanía de las personas

con daño cerebral y sus familias.

El acto central de la jornada fue la “Carrera 0.25 K”, un recorrido simbólico de 250 metros alrededor de la fuente del Palau de la Música, que pretendía poner de manifiesto las dificultades a las que se enfrentan los/as afectados/as con DCA en su día a día, objetivos aparentemente fáciles, pero de una dificultad extrema para este colectivo. Resultó una marcha muy emotiva.





Además, contamos con las actuaciones del Mago Vaza y de Kultrún Batucada, que animaron a todos y todas las asistentes y amenizaron parte de la mañana.

Así como con la colaboración de Rithmi, y con los donativos realizados por parte de Coca-Cola y Velarte.

Desde Nueva Opción queremos agradecer la presencia de todas aquellas personas que se acercaron para compartir este día con nosotros, y animaros a participar el año que viene. No podéis faltar.

Y por supuesto, agradecer la contribución desinteresada del Mago Vaza, de Kultrún Batucada, y de las empresas con la donación de sus productos.



HALLOWEEN

El 31 de octubre del pasado año, volvimos a celebrar Halloween en el Centro de Día. Las personas usuarias vinieron disfrazadas y maquilladas, y si no las maquillamos en el propio Centro, con un resultado final espectacular. De esta forma pasamos un día terroríficamente divertido.

En el Taller de Independencia, se preparó un almuerzo “de miedo”, formando figuras monstruosas con la comida del tentempié.

Se hizo un pase de modelos para poder ver todos los disfraces al detalle, el cual acabó con un pasacalles por la calle Greses y perpendiculares, compartiendo así la celebración con el barrio.

Como fin de actividad, volvimos a grabar un cortometraje con la participación de todos/as. Con el título de “Halloween 2019”, podéis verlo en el canal de YouTube de Nueva Opción: “www.youtube.com/user/NuevaOpcionDCA”. ¡No os dejará indiferentes!



CHARLAS DE PREVENCIÓN VIAL

Durante noviembre de 2019 realizamos dos charlas más de prevención. En concreto el día 6 en el colegio Escolapios, ante 91 alumnos/as de 5º de primaria; y el 9 en FP Fundación María Auxiliadora, para 75 estudiantes de entre 16 y 21 años.

Estas charlas son muy importantes, ya que se les expone qué es el DCA, sus causas y secuelas, lo importante de usar casco en moto y bicicleta, respetar todas las normas de conducción, etc. Así como quién es Nueva Opción y el trabajo y funciones que desarrollamos y ofrecemos a las personas con DCA y sus familiares.

Una pequeña representación de usuarios y usuarias contaron sus vivencias particulares, como sufrieron el daño cerebral, y dieron respuesta a preguntas que los y las estudiantes les hicieron.



VIII JORNADA DE DCA DE NUEVA OPCIÓN

La VIII Jornada de DCA de la Asociación la realizamos el viernes 15 de noviembre de 2019, bajo el título de “De lo institucional a la persona”, en el aula Magna de la Facultad de Filosofía y Ciencias de la Educación de la Universitat de València.

En esta jornada pretendíamos abordar diferentes aspectos que inquietan a las personas afectadas de DCA y sus familias en su día a día, yendo desde temas generales hasta otros más concretos: conocer los recursos y planes institucionales actuales de atención al DCA, concretar en actuaciones frente al dolor y nutrición, escuchar testimonios de familiares en su cotidianeidad con el DCA, etc.

La Jornada se organizó en las siguientes cuatro mesas: Estrategia DCA: situación actual; Fundación tutelar y laberinto institucional; Intervención en DCA y; DCA y familia.

Unos 150 asistentes acudieron a interesarse por los temas tratados y valoraron positivamente los contenidos que allí se escucharon.



Gracias a Geno Sánchez, médico rehabilitadora del Hospital Arnau de Vilanova y presidenta del Consejo de Red DCA del Departamento Arnau-Llíria, a Gemma Mas, neuróloga del Hospital La Pedrera y miembro del Consejo de Red DCA del Departamento Gandía, a M^a Dolores Sánchez, enfermera gestora de casos Hospital Lluís Alcanyís y a Encarna Mengual, trabajadora social del mismo, ambas miembros del Consejo de Red DCA del Departamento Xàtiva-Ontinyent, por explicarnos la situación actual de las unidades encargadas de los/as afectados/as por un DCA, y sus fortalezas y debilidades. Todas ellas nos acompañaron en un recorrido por varios hospitales, explicándonos los recursos actuales, la atención que se ofrece y los planes de futuro.

Gracias a Marta Climent, trabajadora social del Centro de Día Il por comentarnos el estudio en el que participa Nueva Opción: un estudio epidemiológico que permita censar, en números actuales, la población que ha padecido y padece un DCA, además de volver a resaltar la importancia de tener un código DCA que facilite las actuaciones sanitarias y sociales cuando se necesiten.

Gema González, desde FUNDACE CLM, nos habló, de una forma clara y sencilla, sobre el



por qué y para qué de una Fundación tutelar y los beneficios que tendría para las personas con DCA y sus familias.

Desde Nueva Opción, el trabajador social Borja Nieto, realizó una intervención amena y divertida para explicarnos el laberinto institucional en el que, muchas familias, se encuentran en su camino tras sufrir un DCA: papeleo interminable, múltiples ventanillas de atención, vocabulario extraño, desconocimiento y desinformación de recursos... Gracias Borja por hacer visible esta realidad de las familias que tanto apoyo necesitan durante su viaje tras el DCA.



Las ultimas mesas las protagonizaron Jérica Balaguer, logopeda de ADACEA, y Miguel López, fisioterapeuta del Centro de Día II, comentando, por un lado, la importancia del abordaje correcto de la disfagia, con sus retos y realidades familiares, y por otro, el dolor crónico que a veces se da en el DCA y las técnicas actuales para su intervención.

Concepción Crespo, mujer de afectado y socia de Nueva Opción, fue la encargada de cerrar esta jornada compartiendo con el público su experiencia tras el DCA de su marido.

Sin duda una Jornada provechosa que esperamos se repita cada año en pro del DCA y su atención.

¡Gracias de nuevo a todos y todas!



XVIII FESTIVAL NAVIDAD 2019

PERCUSIÓN CORPORAL, MÍMICA Y VOZ

El 11 de diciembre de 2019 tuvo lugar el XVIII Festival de Navidad del Centro de Día. En esta ocasión el espectáculo se dedicó a la percusión corporal, la mímica y la voz, con diferentes números que resultaron tras un desarrollo de ritmo, de escucha, expresión corporal, atención, trabajo en equipo y, sobre todo, muchas ganas de demostrar lo aprendido.

Por un lado, y mediante el uso de unos instrumentos de percusión llamados Boomwhackers, las personas usuarias, gracias al trabajo de los talleres de Música y Expresión, practicaron los ritmos de varias canciones conocidas, realizando un gran esfuerzo de concentración y tarea en grupo.

La percusión corporal también tuvo su espacio en varias actuaciones: en unas simplemente usando los sonidos del propio cuerpo, en otras, acompañados de objetos convertidos en instrumentos, como la “botellà” que nos permitió escuchar una mascletà en pleno diciembre.



La mímica y la expresión corporal fue el gran trabajo durante meses de las personas que sufren dificultades del lenguaje: todas ellas desarrollaron su expresión ofreciendo un sketch muy divertido sin necesidad de la intervención de las palabras.

Para terminar, todo el elenco interpretó la canción que meses antes habían compuesto, y que tuvo a Javi (auxiliar ocupacional) y a Noelia (neuropsicóloga) como voces principales.

Resultó un maravilloso Festival, divertido y colorido, que esperamos fuera del disfrute de todas las familias asistentes.



COMIDA DE NAVIDAD

El 19 de diciembre el Centro de Día Nueva Opción II celebró la Navidad con una comida de convivencia en el Casino Musical de Benimaclet.

Previamente a la comida, realizamos un encuentro con personas usuarias y familias, con actividades como el "enemigo invisible", una gymkana, etc. Además, compartimos un vídeo que recogió los mejores momentos del año, y finalizamos los actos de la mañana, con una rifa donde se consiguieron fantásticos regalos.

Fue un gran día y el colofón perfecto para acabar el año.



NUEVOS CENTROS DE ACTIVIDADES

En septiembre de 2019, la Asociación puso en funcionamiento dos Centros de Actividades.

Uno de ellos, el Centro de Actividades, en València, en el núcleo de Ciutat Vella. Durante estos meses, el recurso atendió a 9 usuarios/as y a sus familiares. Los talleres ocupacionales fueron el principal vehículo para trabajar la autonomía personal, la participación grupal y el tiempo destinado al ocio.

Con el de Deporte y el de Marcha Urbana se trabajaron aquellas necesidades relacionadas con la actividad física de una manera eficaz, desde un circuito con postas de ejercicios, pasando por deportes adaptados o ejercicios de relajación, que el fisioterapeuta propuso. En el de Expresión y Estimulación del Lenguaje, nuestra logopeda empleó tareas, tanto grupales como individuales, para trabajar aspectos relacionados con la comunicación y la interacción grupal. Por su parte, todas aquellas necesidades relacionadas con funciones ejecutivas, memoria o atención, entre otras, se trabajaron en el taller de Estimulación Cognitiva. Además, la neuropsicóloga también se encargó de Conociendo Mi Cerebro, en

el que se trabajaron la conciencia de secuelas y la comprensión del DCA. Por último, toda la esfera de ocio y tiempo libre, participación en eventos y desarrollo de adaptaciones, fue a cargo del terapeuta ocupacional, englobando el de Creación Artística, en el que se implementan distintas labores para la realización y decoración de utensilios para uso personal, y producción de materiales para eventos, como la Falla de la Asociación, decoración para festividades, etc.; el taller de Huerto, donde estimulamos la atención, creatividad, motricidad y planificación mediante el plantado de semillas, cuidado de plantas y otras técnicas ornamentales de jardinería. Y, por último, las actividades de ocio, consistentes en salidas puntuales en grupo a lugares de interés cultural.



El Centro de Actividades II está situado en Xàtiva, gracias a un convenio con el Hospital Lluís Alcanyis, ya que el Centro se ubica en las propias instalaciones del hospital. En él, se llevó a cabo el Proyecto de Autonomía Personal, que se articuló como un recurso para afectados/as por un DCA, durante estos meses se atendieron a 9 de ellas y sus familias.

La plantilla de profesionales estuvo compuesta por un terapeuta ocupacional, una trabajadora social, y dos auxiliares ocupacionales. El horario de atención era martes y jueves de 10 a 13 horas. Hasta que se declaró el Estado de Alarma provocado por el Covid-19, los talleres realizados fueron el de Bienvenida, llevado por el terapeuta ocupacional con apoyo de los/as auxiliares; el de Creación Artística, por la auxiliar ocupacional; Actividades Deportivas, ejecutado por el terapeuta ocupacional con apoyo de los/as auxiliares; y de Estimulación Cognitiva. También se dejaba un espacio para el almuerzo, momento para trabajar el manejo del dinero y las habilidades comunicativas, a la vez que se generaban una cohesión grupal y un sentimiento de pertenencia al Centro.

Además, estaban previstas salidas de ocio y la participación en la cremà de la Falla de Nueva Opción, actos que tuvieron que ser suspendidos por el Estado de Alarma.



ESCUELA DE FAMILIAS

A lo largo de este año continuamos con nuestra Escuela de Familias, pudiendo llevar a cabo tres sesiones. Otras ya programadas no se hicieron por la situación sanitaria derivada del Covid-19. En ella, se ofrece información a los familiares y personas cuidadoras, sobre cómo se trabaja en los talleres ocupacionales, y con cada usuario/a en particular en éstos. Así como conocimientos sobre DCA, secuelas específicas, estrategias de trabajo, etc.

De estas tres sesiones, dos fueron terapéuticos, de Expresión y de Inteligencia Emocional, y el último psicoeducativo, sobre miembro superior. En los terapéuticos se desarrolló el taller en cuestión tal cual se hace en el Centro, con el material, adaptaciones, objetivos, etc., y llevado por el/la profesional encargado/a. En el psicoeducativo, el profesional responsable dio información sobre el tema tratado, y cómo trabajarlo desde el daño cerebral y con su familiar afectado/a en concreto.



De esta forma, el 24 de septiembre de 2019 se realizó la Escuela de Familias del de Expresión, conducido por Lorena, logopeda, y con el objetivo de que experimentaran diferentes formas de expresarse y vivenciaran los beneficios y dificultades de cada una de ellas, valorando las habilidades que se necesitan para poder ejecutarlas.

Para ello, los/as asistentes participaron en las mismas actividades que se habían hecho según la programación y de una manera semejante: composición de poesías, expresión escrita, debates, descripciones... algunas de manera individual y otras, en pequeños grupos.



Como suele ocurrir en grupos que no están familiarizados con este tipo de ejercicios, surgieron dificultades en las tareas que requerían más abstracción

e imaginación, costándoles trabajar de manera cooperativa.

En la evaluación final, comentaron que participar y vivenciar les había ayudado a comprender la exigencia y esfuerzo que supone para su familiar afectado/a. Y recibió una buena valoración en las encuestas de satisfacción.

El 26 de noviembre se llevó a cabo el taller de Inteligencia Emocional, para enseñar cómo trabajamos estos aspectos, para ello se les explicó qué son las emociones, cuáles son las primarias y las secundarias. Cómo actúan en nosotros/as y cómo se gestionan. Hicieron diferentes ejercicios del programa SEA de desarrollo de habilidades sociales, emocionales y de atención plena. En primer lugar, se les hizo una dinámica de introspección que los/as llevó a contestar quienes eran a través de diferentes preguntas acerca de ellos/as mismas/os. Por otro lado, se les pidió que mostraran a través de gestos faciales distintas emociones básicas. Fue muy interesante comprobar que algunos/as tenían serias dificultades para expresar las emociones con su rostro. También les resultó complicado asociar las diferentes fotografías de caras de personas con las emociones que parecían mostrar. Tenían confusión entre la vergüenza, y el miedo y entre el asco y la ira. Pudieron trabajar el autoconcepto y el autoconocimiento socioemocional a través de un ejercicio llamado “Un viaje personal”.

A lo largo de la mañana se debatió sobre la necesidad de sentir y de poder expresar y comunicar aquello que sentimos, no dar por supuestas las emociones de los demás y hacernos responsables de nuestras conductas derivadas de lo que sentimos en cada momento. Se les explicó cómo queda afectada esta capacidad en muchos casos tras sufrir un DCA y de qué forma se puede proporcionar apoyo en cada caso a las emociones emergentes.

El taller lo llevó a cabo Noelia, psicóloga del Centro, estuvo muy bien acogido y despertó el interés de los/las asistentes. Así se vio reflejado en la encuesta de satisfacción. Tanto es así que demandaron realizarlo en otra ocasión, y de forma más extensa.

El 11 de febrero se ofreció una formación sobre transferencias y miembro superior, con el fin de mejorar los conocimientos relacionados con el movimiento del brazo, la postura y la forma de ponerse de pie.

Se trataron diversas formas para mover a las personas con DCA, causando el mínimo impacto en el/la cuidador/a. Las maniobras explicadas se basaron en dinámicas que mostraron la cantidad de peso que se puede llegar a cargar cuando se mueve a alguien. Posteriormente, algunos/as participantes se prestaron a hacer las mismas prácticas sobre su familiar. Uno de los aspectos importantes a tener en cuenta era la seguridad durante el movimiento y la capacidad que tenemos de evitar una caída.

Se sacaron muchas conclusiones positivas durante este curso, y se invitó a resolver las posibles dudas que surgen en el hogar.

En el Centro de Día II, en la Escuela de Familias se realizaron, antes del confinamiento, dos talleres psicoeducativos, impartidos por Àngela, logopeda, y Sandra, terapeuta ocupacional.

En ellos se informó a los y las familiares de qué objetivos terapéuticos hay detrás de actividades que se llevan a cabo en los talleres ocupacionales, y se ofrecieron y practicaron recursos propuestos por las terapeutas.

En el taller de Comunicación, hablamos de las alteraciones en la misma. Vimos que era la comunicación, qué dificultades podían aparecer en el lenguaje, el habla y la voz, qué órganos intervienen (áreas de Broca y Wernicke, corteza motora, etc.), de los tipos que hay (verbal, gestual, pictográfica, miradas, caricias, lectura). Hicimos actividades para vivenciar qué dificultades tenían sus familiares usuarios/as, como comprender vocabulario complejo y órdenes complejas, confundir unas palabras por otras, hablar solo con algunas palabras, entender información auditiva a mucha velocidad, etc.

Desde terapia ocupacional, se explicó a las familias en qué consistía la valoración desde esa área. Porqué se valoran esos criterios, en qué se basa, para qué y cómo se relaciona con sus actividades de la vida diaria y las tareas de talleres ocupacionales. Para ello las familias hicieron algunas subpruebas de distintos instrumentos para evaluar, como el COTNAB, Escala de Lawton y Brody, Índice de Barthel y la medida de la independencia funcional (FIM).

Durante el confinamiento, Sandra ofreció unas sesiones de asesoramiento sobre productos de apoyo a las familias. Los temas tratados fueron transferencias, alimentación y caídas. Durante cinco sesiones online, trató qué productos de apoyo existen y qué alternativas se pueden encontrar a mano. En estas sesiones cada familiar expresó su dificultad y se compartieron estrategias.



MURAL CENTRO DE DÍA II

El miércoles 19 de febrero de 2020 inauguramos un mural en el Centro de Día Nueva Opción II, en el que participaron todos/as los/as usuarios/as del Centro. Hacía tiempo que en la Asamblea de Centro se había hablado de la posibilidad de decorar una de las paredes. Esta idea se concretó y llevó a la práctica gracias a la incorporación de Valentina Pirisi como voluntaria y de Gabi Velasco como alumno



en prácticas. El tema del mural se eligió por consenso entre todos/as. Después de hacer varias propuestas y debatirlo, ganó representar algunos de los talleres y actividades que se desarrollan en el Centro de Día y algunas de las personas, usuarias y profesionales, que participan en las mismas. El proyecto se inició el mes de diciembre del año pasado, en el taller de Creación Artística.

El proceso de realización del mural fue el siguiente: se pensaron y diseñaron cada uno de los motivos a pintar en la pared en un papel continuo y se utilizó la técnica del estarcido para pasarlos a la pared. Esta técnica consiste en perforar el perfil o contorno de cada una de las figuras y tras apoyar el papel en la pared, echar en esas perforaciones pigmento en polvo. Retirado el papel, pintaron el interior de las figuras con pigmentos naturales, siempre bajo la supervisión y dirección de Valentina y Gabi. El acabado resultó fantástico y muy satisfactorio.

Desde el Centro de Día Nueva Opción II, queremos agradecer una vez más la colaboración de Valentina y Gabi, esperando que puedan seguir habiéndolas en el futuro.



NUEVA OPCIÓN DURANTE EL COVID-19

En marzo de 2020 se estableció el Estado de Alarma y confinamiento en todo el país, por la situación de alarma sanitaria derivada del Covid-19. Desde los distintos Centros de Día y Actividades de Nueva Opción, nos planteamos crear nuevas formas de atención, adaptando el trabajo que se ejecutaba previamente de forma presencial a la situación de alerta sanitaria, y manteniendo, en la medida de lo posible, los objetivos de intervención.

Desde el Centro de Día se generaron diversos talleres online, así como apoyo domiciliario, seguimiento telefónico y telemático, entrega de material en casa para la realización de distintas tareas, etc. Así, durante los meses de confinamiento, se atendió a 15 personas en su domicilio, 27 participaron regularmente en las actividades telemáticas, y las 30 recibieron seguimiento mediante llamadas telefónicas o conexión vía internet, por parte de los distintos profesionales del Centro.

Con el seguimiento personal se consiguió mantener el contacto individualizado con los/as usuarios/as y sus familias. Se ofrecieron diversos tipos de seguimiento, llevados a cabo por los/as profesionales competentes del Centro de Día. Como el de salud y de registro de síntomas de factores de riesgo de contagio de Covid-19; se hizo una gestión emocional en crisis; seguimiento del mantenimiento de las capacidades físicas ante el riesgo de empeoramiento; asesoramiento nutricional; seguimiento de disfagia; y cognitivo y conductual.

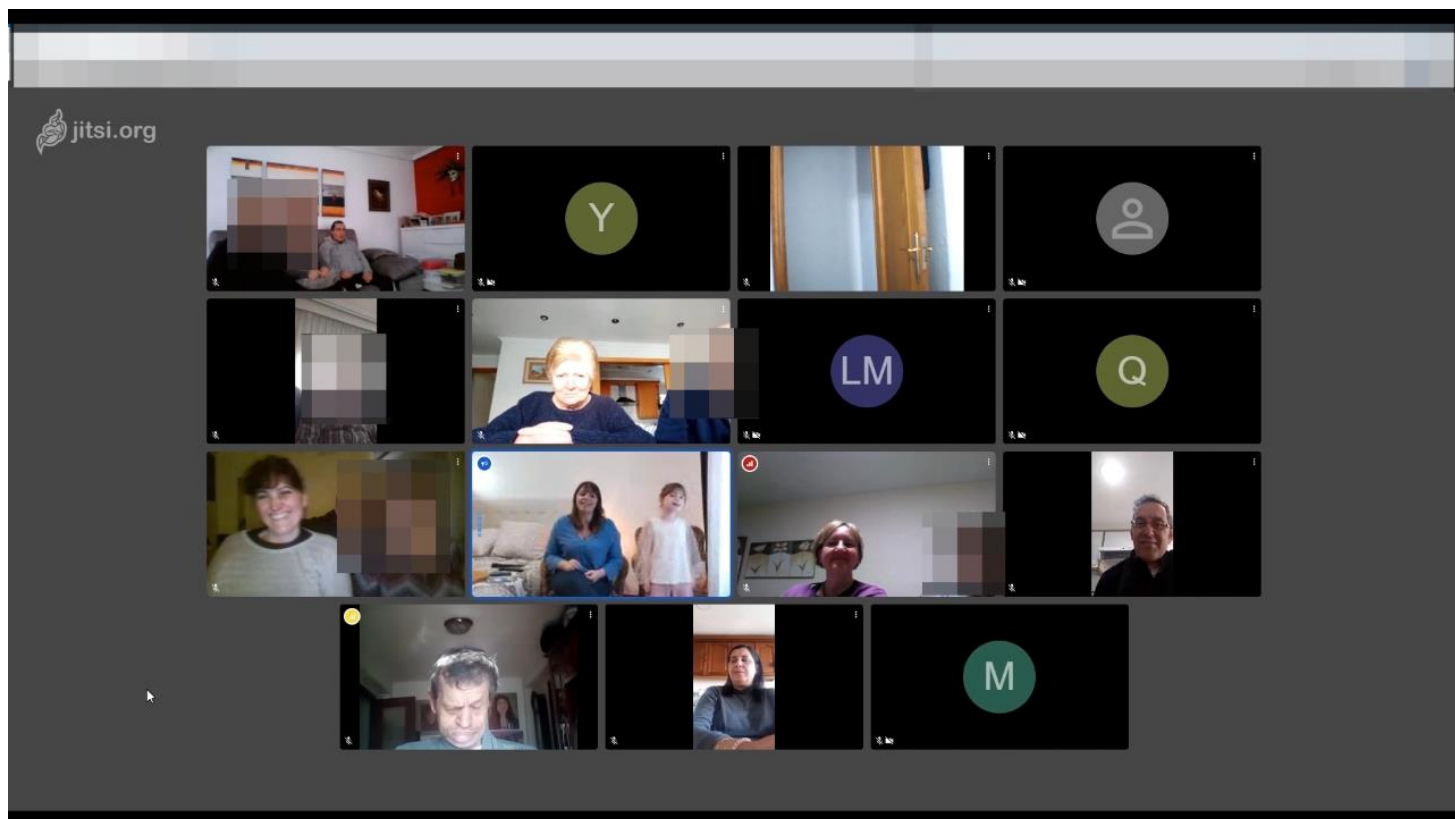
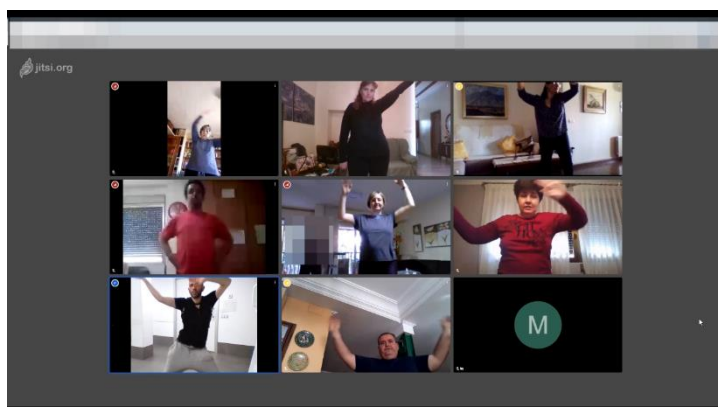
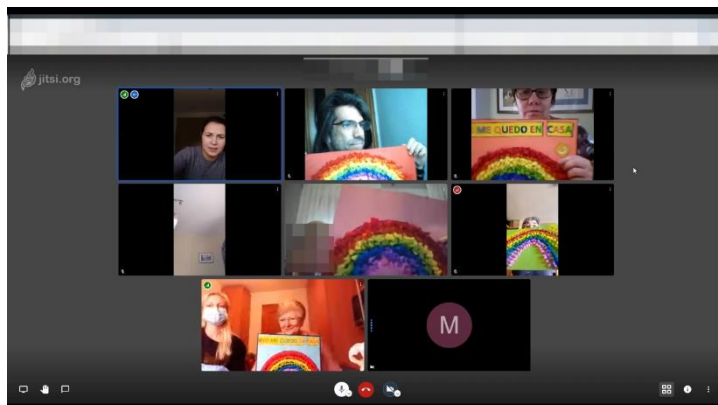
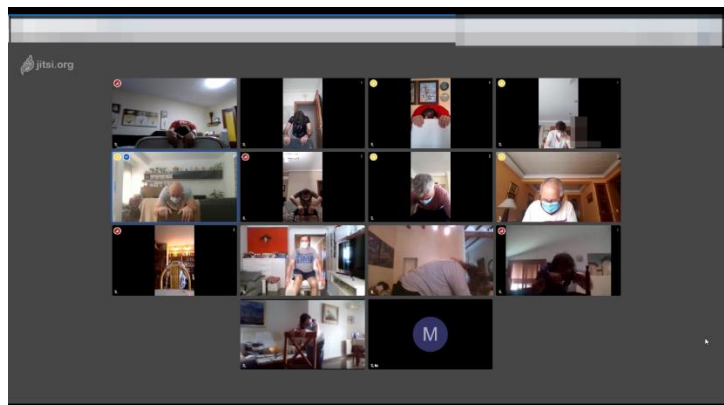
Así mismo, se hicieron distintas formaciones online, para el uso correcto y colocación óptima de las mascarillas, sobre mejorar el conocimiento de las formas de transmisión del Covid-19 y formas de precaución y seguridad. También formación en fisioterapia, para mejorar la comprensión de las secuelas motoras e intervención física sin riesgos.

Los talleres telemáticos, individuales o grupales, fueron de distinta índole y cada uno con su finalidad y objetivo. Como el de “Cocinarte Virtual”, sustituyendo al de Independencia; “Visualízate”, por el de Audiovisuales, “Virtuocio” por Ocio Cultural; taller “En-red-arse” en lugar del de Nuevas Tecnologías; “Conectados desde casa” como el de Bienvenida; taller de “Concierto”; “A Moverse” sustituyendo a Psicomotricidad, “Musi-confinados” como el de Música, taller de “Zumba”, “Conect-arte” en lugar del de Creación Artística; y taller de “Estimulación del Lenguaje”.

Asimismo, se preparó material de trabajo que se hizo llegar a los/as usuarios/as a sus casas. Dichos materiales eran para la ejecución de algunos de los talleres online, así como para la realización de ejercicios y juegos de estimulación cognitiva, para ocupación de tiempo libre durante el confinamiento, actividades lúdicas, etc.

Con la atención en domicilio, se persiguió asistir en quehaceres de higiene personal, en paseos terapéuticos, tareas virtuales, en las labores preparadas para hacer en casa, etc.

Todas éstas fueron llevadas a cabo por el Centro de Día hasta la llegada de la Fase 3 o Nueva Normalidad a mitad de junio, en la que nos encontramos en la actualidad, y en donde ya se realiza actividad presencial en el Centro, pero con las medidas necesarias para preservar la salud, como disminución de ratio de usuarios/as que obliga a la presencialidad alterna según día de la semana. Asimismo, se siguen manteniendo talleres online y asistencia en domicilio.



En el Centro de Día Nueva Opción II también se pusieron en marcha talleres online; intervención domiciliaria por parte de todo el equipo de profesionales; atención telefónica semanal, para ayudarles emocionalmente en la gestión del momento y en la resolución de dudas o cuestiones más prácticas que pudieran surgir; asesoramiento e intervenciones terapéuticas, online y presenciales; seguimiento del estado de salud diario; reparto semanal de materiales en casa para seguir los diversos talleres online, además de material lúdico y de estimulación cognitiva, para poder realizar en otros momentos del día; entrega de productos de apoyo; distribución vídeos vía WhatsApp realizados, por el equipo profesional, para poder ejercitarse en casa, así como una guía de enlaces webs con actividades de entretenimiento, para sobrellevar mejor el confinamiento.

Cada persona usuaria contó con un horario personalizado de talleres y actividades online dando, respuesta a su Plan Individualizado de Atención. Las familias también tuvieron un espacio para ellas, ya que pudieron conectarse semanalmente al Grupo de Ayuda Mutuo y al taller de Artefamilias, donde pudieron relajarse haciendo actividades artísticas. Además, recibieron asesoramiento y formación puntual y específica por parte del equipo técnico del Centro.

Algunos de los talleres online fueron el taller de Activación, todas las mañanas a primera hora; taller de Baile, donde pudieron aprender distintos pasos y estilos musicales; taller de Ocio Cultural, para seguir conociendo y visitando museos y países sin salir de casa; y taller de Vocabulario, en el que participaron personas con dificultades en la comunicación y el lenguaje.

Uno de los talleres que se hizo, que tuvo repercusión y trascendió fuera del Centro, fue el taller de Altruismo, hecho desde las áreas de neuropsicología y logopedia. Dada la situación que estábamos viviendo, los/as usuarios/as quisieron contribuir al bienestar de las familias y gente enferma por Covid-19, pues ellos/as también vivieron una situación impactante y repentina que cambió sus vidas, por lo que de alguna manera tenían el pensamiento de que con su experiencia podían apoyar y acompañar mediante cartas y escritos el momento tan duro que estaban pasando. De esta manera, se enviaron esas cartas al Hospital de Gandía para colaborar en un proyecto que se estaba desarrollando en este hospital: "Cartas anónimas para animar a personas en aislamiento por COVID". A la derecha, una de las cartas que enviamos, escrita por Aníbal, afectado del Centro de Día II de Nueva Opción.

① EN VALENCIA JUEVES 16 DE ABRIL DE 2020.-

QUERIDA ANABELA A UN DESCONOCIDO ENFERMO DE COVID VIEJO.-
 NO/A: HE LLAMADO ANÍBAL, TENGO 70 AÑOS Y HAYE 4 AÑOS
 SUMO EN LOS LÍQUENES EN LA PARTE DERECHA DE MI CABELLO
 Y SUMO SECCIONES EN TODO MI CABELLO EN SU PARTE IZQUIERDA.
 DESDE LOS 24 AÑOS (24) Y LA MISMA TRAMITACIÓN (ES INUTIL).
 CAMINO CON INTERÉS ALGUNO CON UN BALÓN DE TEND
 PARECE QUE... - NO BOY A CONTINUAR MIS VECES, AUNQUE EN
 ALGUN MOMENTO SEGUIAN A RODEAR ESTO... QUISIERA TENDRAN MI
 UNA ESPERANZA PARA [SUS QUEJAS]. DESDE DE POCO AHO
 COBREMOS, SINTIENDO QUE LAS SECCIONES QUE TE HE CONTADO ME HAN
 PASADO TODO LO QUE ME QUEDA VIVIR. LO TUYO PASABA, SEGA
 UN MAL TRABAJO PERO CON UNA FINAL CON UNA NUEVA, TENIENDO
 QUE ENSEÑAR MUCHAS COSAS DE NUESTRO, PASAR EL MOMENTO
 SOBRE EL POCO VECES ESTABA DE TU VIDA ANTERIOR; SEGURO
 ADELANTE CON TEND Y SI LOS COSAS TENDEN EN POCO DE HUMOR LO
 LLEVAREMOS CON CREATIVIDAD A UN SONRISA QUE LOS MEJORES
 PAS.-

LA DIBA ES ANABELA = EMOCION
 LA SONRISA ES PARECE = PORQUE PARECE, PARECE COMO
 NUNCA.-
 LA DIBA ES SEGA, ES PARECE EMOCION, HAYE ALGUN
 AL CUBRO Y AL ALMA (EN CASO DE QUE HAYA ALGUNO)

En el Centro de Actividades, durante los meses de confinamiento, se diseñaron una serie de talleres telemáticos a cargo del equipo profesional, en los que participarían los/as usuarios/as por grupos. En cuanto a las nuevas necesidades que emergieron, se modificaron las actividades habituales y se implantaron un taller de Baile y de Fuerza, a cargo del fisioterapeuta, el de Estimulación del Lenguaje de la mano de la logopeda, el de Estimulación Cognitiva y de Inteligencia Emocional diseñados por la neuropsicóloga, y el de Música y de Actividades Lúdicas a cargo del terapeuta ocupacional.

Con la reapertura del Centro, los nuevos talleres planteados durante el Covid-19 tuvieron tanto éxito que se han seguido haciendo presencialmente, y han permitido poder atender mucho mejor a las nuevas necesidades.



En el Centro de Actividades II, tras decretarse el Estado de Alarma, también se readaptaron los talleres, para hacerlos de forma telemática. Realizando así el de Bienvenida y Estimulación Cognitiva, por parte de la trabajadora social, y el de Juegos Cognitivos por el auxiliar ocupacional.

En los talleres on-line participaron tres personas usuarias, las demás no lo hicieron dado que no disponían de la conexión o capacidad tecnológica necesaria. No obstante, con todas se mantuvo un seguimiento telefónico, y se envió material para trabajar en casa.

Además, se siguió prestando el servicio de información, asesoramiento y acompañamiento desde el área social, informándoles de todas las prestaciones y normativa que iba publicándose y guiándoles en el proceso de solicitud, así como resolviendo aquellas consultas e incertidumbres.

Destacar la buena acogida de los talleres online, y el alto nivel de contribución en el diseño y sugerencias sobre las tareas que se llevaban a cabo, ofreciéndoles así que fueran partícipes, adaptando las actividades a sus preferencias y gustos, pero con la finalidad de trabajar los objetivos terapéuticos.

AP-S COLEGIO EL ARMELAR

El Centro de Día de Nueva Opción participó de nuevo este curso, junto al Colegio El Armelar, en un Proyecto socio-educativo durante el primer semestre del 2020.

El enfoque de este Proyecto se basó en la metodología Ap-S (Aprendizaje-Servicio), la cual consiste, resumidamente, en abordar junto al alumnado contenidos relacionados con alguna situación o problemática de índole social, para que luego generen un proyecto de servicio comunitario autogestionado y relacionado con el tema abordado.

El proyecto comenzó, como en ediciones anteriores, con una visita al colegio, a la cual acudió Jano, terapeuta ocupacional del Centro, junto a dos usuarios, Paco y Quique, que pudieron contarles de primera mano sus historias personales. En esta visita se hizo una primera toma de contacto, se habló al alumnado sobre la Asociación, las causas y consecuencias del DCA. Fue una experiencia muy enriquecedora por ambos lados, como es costumbre, las historias de Paco y Quique resultaron el cierre perfecto para una mañana centrada en el aprendizaje, la concienciación y la prevención.

Además, en la segunda parte de la mañana, se siguió con una dinámica a través de la cual el alumnado planteó posibles acciones a desarrollar como proyecto hacia el Centro de Día. El objetivo era dar comienzo a la segunda parte del Proyecto Ap-S, la fase del Servicio.

A lo largo de la dinámica, el grupo reflexionó sobre la experiencia vivida, rescatando información sobre qué es el DCA, sus causas y sus consecuencias, qué es Nueva Opción y el porqué de su existencia. Expresaron el impacto a nivel emocional que les había producido conocer a Paco y a Quique. Y finalmente se llevó a cabo un pequeño análisis de qué necesidades se podrían intentar cubrir para transfórmalas en acciones.

Tras muchas propuestas interesantes, la más consensuada fue la realización de unos productos de apoyo, para facilitar el posicionamiento de miembro superior (brazo) sobre la mesa. También querían preparar un encuentro en nuestro Centro, para pasar la mañana conociendo a todas las personas usuarias, colaborando en las actividades ocupacionales, dando apoyo en las mismas y hacer entrega de los materiales elaborados durante el Proyecto.

El Covid-19 no les permitió continuar el proyecto de la forma prevista, así que, durante los días 9 y 11 de junio, los niños y niñas del Colegio El Armelar, participaron en el grupo de Conectados Desde Casa, taller online hecho diariamente con profesionales y usuarios/as del Centro de Día durante el confinamiento, ofreciéndonos una nueva actividad adaptada a la situación tan peculiar del momento: la lectura de muchos mensajes de ánimo y experiencias de los niños y niñas del proyecto de APS, con el objetivo de compartir su vivencia del Covid-19, empatizar con nuestro aislamiento y animarnos para seguir adelante.

Todo un proyecto solidario y social dirigido por su tutor, Sergio Ferrandis, al que agradecemos su implicación y entusiasmo, porque, que un colegio quiera ayudar a un colectivo vulnerable es admirable, que su alumnado de 10 y 11 años confíe en que puede colaborar en la mejora de éste es ilusionante, pero que además que nos elijan para llevar a cabo su proyecto, es extraordinario.

¡Gracias por contar con Nueva Opción! ¡Gracias Colegio Armelar!



CURSO ONLINE COCINA FAMILIAS

El pasado jueves 28 de mayo, durante el confinamiento, se hizo el I Taller de Cocina Virtual para familias.

Con la dirección de Paloma Otondo, hermana de un usuario del Centro de Día y dueña de “La Flama Comidas para Llevar”, a través de una conexión online, se preparó un riquísimo tabulé y unas albóndigas con salsa de nata y champiñones.

Varios/as familiares, acompañados/as de usuarios/as afectados/as, participaron en el taller desde sus casas, siguiendo paso a paso las instrucciones de las recetas de la chef Paloma.

Algunos/as nunca habían preparado un tabulé o probado las albóndigas con nata, así que fue de agradecer que se atrevieran a experimentar con menús diferentes a los que están acostumbrados/as.

Por buscar cosas positivas de este tiempo de confinamiento en casa, sin duda ésta ha sido una de ellas: compartir actividades con las familias nos ofrece la oportunidad de conocernos un poco más además de pasar un rato divertido. Sin duda, una experiencia que repetiremos algún día, ¡y esperemos que no sea necesario esperar a estar en casa confinados por un virus!

Muchas gracias a Paloma por tu tiempo y disponibilidad, y gracias a las personas que colaboraron por su intervención.

En nuestro canal de Youtube (www.youtube.com/user/NuevaOpcionDCA) podéis ver un vídeo resumen del taller, bajo el título “Cocinar para familias”.



FIESTA HIPPIE



El viernes 24 de julio despedimos las actividades en el Centro de Día II, y recibimos las vacaciones de verano con una fiesta muy divertida. En esta ocasión, la temática elegida para la fiesta, votada por las personas usuarias en la Asamblea, resultó la de una "Fiesta Hippie". Para ello, todos y todas nos caracterizamos con vestimentas relacionadas con la época y participamos en un concurso de disfraces.



Algunas de las actividades realizadas a lo largo de la mañana fueron las siguientes, una sesión de Activación, en la que bailamos canciones de los 60 y 70, años de la época "Hippie". Estas canciones, en general, trataban de temas relacionados con hacer el amor y no la guerra, como hecho contestatario a los

acontecimientos bélicos que estaban sucediendo en la guerra de Vietnam ya que el movimiento hippie era fundamentalmente pacifista. Continuamos con algunos juegos grupales, como el Pasapalabra. Terminamos la jornada bailando juntos/as la canción "Submarino amarillo" de Los Mustangs, para la que estuvimos preparando y ensayando una coreografía durante todo el mes de julio.

A lo largo del día también grabamos algunas tomas para el montaje de un vídeo que colgamos posteriormente en las redes sociales de la Asociación.

GRUPO AYUDA MUTUA

Durante 2019 y 2020 continuamos con el Grupo de Ayuda Mutua (GAM) de familiares, que se llevó a cabo semanalmente en el Centro de Día II. Nos reunimos para expresar y compartir las experiencias de formar parte de una familia con DCA, ya que hablamos de familias con DCA no de personas con DCA. Este espacio estuvo dedicado a compartir dificultades encontradas en el día a día como cuidador/a y reforzar, reafirmar y adquirir recursos.

Durante los meses de septiembre, octubre, noviembre y diciembre de 2019, trabajamos la cohesión de grupo, haciendo dinámicas vivenciales que permitían experimentar las necesidades individuales y comunes de las familias.

Expusieron las dificultades y las herramientas con las que cuentan, y las que han ido aprendiendo para poder adaptarse al cambio. Entre todas/os se tejió una red de recursos que fueron la ventana de algunas/os y el refuerzo de otras/os. Observamos durante esos meses que había sensaciones, pensamientos, frustraciones y esperanzas comunes.

Se hicieron dinámicas y debates en torno al aprendizaje del autocuidado. Realizamos en varias sesiones planes de hábitos y pasos para ponerlos en marcha. Aprendimos a reconocer signos de tensión, así como sus fuentes y sus consecuencias. Eso nos llevó a practicar estrategias del manejo de esa tensión con técnicas de relajación.

Profundizamos en qué era una emoción, de donde emergían y sus funciones, generando una rueda propia de emociones agradables y desagradables más sentidas por el grupo.

Creamos unos valores comunes al grupo que, aunque eran conceptos básicos, nos parecía importante tenerlos presentes, éstos fueron confidencialidad, respeto a nosotras/os mismas/os y a las demás, respeto a los tiempos del turno, y hablar en primera persona.



En el periodo de confinamiento continuamos reuniéndonos, semanalmente, de manera online, y durante una hora las familias se ponían al día, expresaban las dificultades que estaban encontrando en la convivencia con sus familiares, el miedo a la incertidumbre, al virus y circunstancias personales derivadas del confinamiento que no resultaban fáciles. A través de dinámicas gráficas, visualizaciones, metáforas para favorecer la introspección, y las reflexiones posteriores, tratamos los temas que surgían en el día a día. Más adelante nos enfocamos en el tema de los pensamientos. Qué es un pensamiento, qué tiene que ver con las emociones, con las circunstancias y con las creencias.



El GAM se retomó de forma presencial en octubre, tras la llegada de la fase 3. Desde entonces, seguimos reuniéndonos una vez a la semana. Lo primero que hicimos fue ponernos al día, revisar y resumir lo que nos llevamos el año anterior a “la mochila”, y qué necesidades teníamos en ese momento. Profundizar en ciertos aspectos del duelo y el cambio de rol, fue una de las necesidades escogidas para trabajarlas y a ello nos pusimos durante el final del 2020.



ENCUESTA XXV ANIVERSARIO DE NUEVA OPCIÓN

Os presentamos los resultados de la primera encuesta sobre DCA en la Comunitat Valenciana, que Nueva Opción realizó con motivo de su XXV Aniversario, que fue el 7 de julio de 2020, durante plena pandemia de Covid-19, por lo que no se pudo celebrar por todo lo alto como nos hubiera gustado.

RESUMEN DE LOS RESULTADOS ENCUESTA SOBRE DCA EN LA COMUNITAT VALENCIANA:

El 40% de personas con DCA en la Comunitat Valenciana no fue derivada a ninguna unidad especializada tras el alta hospitalaria.

El 49,5% de los casos no fue informado claramente sobre el DCA por el equipo médico, y el 58,8% tampoco fue alertado sobre la necesidad de recibir algún tipo de atención sociosanitaria al recibir el alta.

La principal causa de DCA es el ictus con el 62,1% de los casos, y afecta mayoritariamente a los hombres que representan el 62,6% de las personas con DCA en nuestra comunidad.

El cuidado de personas con DCA recae en las mujeres, al suponer el 72,9% de cuidadoras principales entre parejas, madres e hijas.

NOTICIA PRESENTADA EN PRENSA, EL 6 DE JULIO DE 2020:

El 40% de las personas con Daño Cerebral Adquirido (DCA) en la Comunitat Valenciana no fue derivada a ninguna unidad especializada u hospital de crónicos tras recibir el alta hospitalaria como consecuencia de haber sufrido un ictus, un traumatismo craneoencefálico, tener un tumor cerebral u otra patología, frente al 59,7% que sí lo fue. El 49,5% afirma también que ni ella ni su familia fueron informadas por el equipo médico sobre el DCA. El 58,8% manifiesta además que tampoco fue alertado sobre la conveniencia de recibir atención sociosanitaria finalizado el periodo de hospitalización. Así, el 68,2% considera que su bienestar sería mejor actualmente de haber recibido una atención específica en ese momento. Estas son las principales conclusiones de la primera encuesta sobre Daño Cerebral Adquirido en la Comunitat Valenciana que ha realizado Nueva Opción Asociación de Daño Cerebral Adquirido de Valencia, coincidiendo con la celebración de su 25 aniversario. La entidad nació el 7 de julio de 1995.

El 59,7% de personas con DCA que, tras el alta hospitalaria, sí fue derivado a un recurso específico acabó recibiendo una atención ambulatoria en el 50% de los casos. El 50% restante fue ingresado en un centro sanitario. En el 61,1% de los casos se valora la asistencia recibida como muy positiva, seguido del 22,2% que la considera positiva. Solo

el 4% opina que fue muy negativa junto al 6,3% que cree que fue negativa. Otro 6,3% la evalúa como indiferente.

Entre el 40% de personas con DCA que no fue derivado, un 7,1% decidió ser atendido en un centro privado asumiendo el coste. La clínica Neural y el hospital Valencia al Mar fueron las opciones más extendidas. El 46,7% de estas personas con DCA valora este periodo de atención de forma muy positiva frente al 33,3% que lo considera negativo y el 20% que lo señala como indiferente.

“Antes del 2000 la atención al DCA prácticamente no existía y con ese objetivo nació precisamente nuestra asociación, pero también nos consta que en periodos de crisis se enviaba a su casa a las personas que acababan de sufrir un DCA porque no había presupuesto”, afirma Pablo Álvarez, presidente de Nueva Opción. “Y ahora que nos enfrentamos a una nueva crisis, insistimos en no abandonar las buenas prácticas conseguidas y extender la atención sociosanitaria aprovechando todos los recursos disponibles, incluso tecnológicos”, añade.

La encuesta, que ha sido suministrada online mediante la metodología bola de nieve, ha sido respondida por 210 personas con Daño Cerebral Adquirido o por sus familiares.

El ictus, principal causa de DCA en la Comunitat.

El Accidente Cerebrovascular, más conocido como ictus, es en el 62,1% de los casos, la principal causa de DCA en la Comunitat Valenciana. 2016 y 2017 fueron los años de mayor incidencia al acumular el 23,7% de este tipo de lesiones. El origen del DCA se encuentra en otras causas en el 16,1% de los casos, seguido del traumatismo craneoencefálico (14,7%) y el tumor cerebral (7,1%).

Más hombres afectados, pero más mujeres cuidadoras.

El 62,6% de las personas con Daño Cerebral Adquirido son hombres, y tuvieron la lesión que les causó el DCA con una edad media de 51,52 años. Sin embargo, las mujeres (37,4%) sufrieron el DCA más jóvenes, con una media de edad de 47,4 años.

El cuidado de las personas con DCA recae mayoritariamente en las mujeres al ser en el 76,8% de los casos la persona cuidadora principal, frente al 23,2% que son hombres. La pareja femenina sería la figura de cuidadora principal más extendida (40,8%), seguida de la madre (19,4%), la hija (13,3%), la pareja masculina (12,8%), el hijo (3,8%), la hermana (3,3%), la persona contratada (2,8%), el padre (2,8%) y el hermano (0,9%).

El 68,2% de las personas cuidadoras afirma que su bienestar se ha visto afectado muy negativamente (44,5%) y negativamente (23,7%). El 5,2% piensa, en cambio, que el impacto ha sido muy positivo (5,2%) o positivo (9%). Para el 17,5%, este hecho no ha supuesto una incidencia destacable.

La atención sociosanitaria en la actualidad

En la actualidad, el 57,8% de las personas con DCA encuestadas recibe algún tipo de atención sociosanitaria, como asistir a un centro especializado en DCA (46,7%), o centro de día (2,5%), recibir una prestación económica (9,8%), atención residencial (5,7%), servicio a domicilio (4,9%), u otro tipo de recurso (30,3%). Para el 67,2% esta atención es suficiente mientras que el 32,8% cree que es insuficiente. Con todo, el 83,6% coincide en que su bienestar ha mejorado gracias a este recurso. Solo un 16,4% no lo considera así.

“La encuesta fue respondida antes de la declaración de la pandemia y tememos que muchas personas con DCA hayan dejado su programa rehabilitador por miedo al contagio”, confiesa Álvarez. “Solo en nuestros dos centros de día de Benimaclet, el 50% de personas usuarias ha dejado de venir hasta ver cómo evoluciona la situación en septiembre. Por eso, mantenemos también la atención domiciliaria y telemática que iniciamos en el confinamiento”, añade.

25 aniversario Nueva Opción: más de 2.000 personas atendidas.

Nueva Opción es una organización sin ánimo de lucro fundada en 1995 por un grupo de personas afectadas de DCA y sus familiares. En sus 25 años de trayectoria se ha convertido en entidad referente en la atención al Daño Cerebral Adquirido en la provincia de Valencia, al atender a más de 2.000 personas. En el resto de España es reconocida por sus iniciativas y campañas de concienciación, algunas de las cuales han sido galardonadas con premios como el Anuario de Oro, así como por sus jornadas dirigidas a profesionales.

Como miembro de FEVADACE, Nueva Opción ha participado en el desarrollo de la Estrategia para la atención al DCA en la Comunidad Valenciana 2017-2020. Fruto de este acuerdo ha sido llamada a participar en el Consejo de Red del Daño Cerebral Adquirido de diversos departamentos de salud de la Comunitat Valenciana. Además, gestiona dos centros de día especializados en DCA en el barrio de Benimaclet, autorizados por la Conselleria de Igualdad y Políticas Inclusivas, y un centro de actividades en el centro de València. Asimismo, ofrece un servicio de promoción de la autonomía en el hospital Lluís Alcanyís de Xàtiva.

“Este año iba a ser muy especial, pero nos hemos visto obligados a suspender todos los actos previstos debido a la situación creada por el Covid-19. Esperamos que en 2021 podamos celebrar un 25-1”, confía Álvarez. Para la celebración del aniversario estaban previstos un concierto solidario en La Marina, una exposición con ilustradores, diversos actos en Fallas, así como una carrera solidaria. Sí mantienen la campaña por el Día Nacional del Daño Cerebral Adquirido que presentarán en octubre.



nueva opción

Asociación de Daño Cerebral
Adquirido de Valencia

IX JORNADA DE DCA DE NUEVA OPCIÓN



El 16 de octubre de 2020 Nueva Opción llevó a cabo, de manera online, su IX Jornada sobre DCA, "Estados alterados de conciencia, buenas prácticas de humanización", donde se reunió a diferentes expertos para debatir sobre nuevas prácticas de humanización en la atención de estos estados, como el coma, el síndrome de vigilia sin respuesta o el estado de mínima conciencia.

Se organizó junto a Fevadace, con motivo de las tres fechas destacadas del mes de octubre: 7 de octubre, Día Europeo del Despertar; 26 de octubre, Día Nacional del DCA; y 29 de octubre, Día Internacional del Ictus.

FEDACE estima que entre el 30-40% de personas con DCA ha pasado por una pérdida de conciencia o coma. Sin embargo, un 5% estaría con un síndrome de vigilia sin respuesta, que reclama una atención especializada constante.

La Jornada abordó la consideración de los estados alterados de conciencia en cada una de sus fases desde la humanización y la dignidad como máximas. Vicente Arráez, médico y presidente de la Fundación Metta, trató la fase aguda, momento en que se produce la lesión cerebral, para exponer cómo pueden hacerse las UCI más humanas. Por su parte, Gemma Más, neuróloga del hospital La Pedrera de Dénia, habló sobre la fase subaguda, momento posterior en el que comienza el proceso de rehabilitación. Carlos Pérez, formador de estimulación basal, presentó esta práctica de intervención, que parte del respeto a la persona, la estimulación basal busca su desarrollo y apertura al entorno a partir del estímulo de las percepciones intrauterinas básicas. Finalmente, Fulvio de Nigris, impulsor del Día Europeo del Despertar y director de la asociación italiana de daño cerebral adquirido Amici di Luca, explicó el modelo de trabajo de la Casa dei Risvegli Luca de Nigris, un centro especializado de rehabilitación, formación e investigación en alteraciones de la conciencia.

Pablo Álvarez, presidente de Nueva Opción, destacó el enfoque familiar de esta Jornada y no solo profesional: "faltan recursos adecuados y apoyo a las familias que tienen que cuidar de estas personas que padecen un estado alterado de conciencia, con un alto grado de dependencia, para el que no están preparadas".

PREMIO CARTELERERA TURIA



El 16 de octubre, Nueva Opción recibió el “Premio a la mejor contribución social”, otorgado por Cartelera Turia, en sus “XXIX Premis Turia 2020”. A recogerlo asistió el equipo de dirección, formado por Inma Íñiguez y Paco Quiles.

El acto, además sirvió para homenajear a nuestro socio Vicente Vergara, director de la revista Cartelera Turia durante muchos años. Vicente recibió el premio de manos del ministro de cultura José Manuel Rodríguez Uribes.

Como no, este premio es para todas las familias que forman la Asociación.



DÍA NACIONAL DEL DCA 2020

El día 26 de octubre es el Día Nacional del DCA, y este 2020 no lo pudimos celebrar como de costumbre, por la consabida situación sanitaria derivada del Covid-19.

AJG95

PROGRAMADO CON
IA
INTELIGENCIA AFECTIVA

LE ASEA
LE DA DE COMER
LE AYUDA A EXPRESARSE

nuevaopcion.es

La **inteligencia afectiva** de **Anastasio Jiménez García** aplicada al cuidado de su **hijo Luis**, afectado de **Daño Cerebral Adquirido**

25 años
nueva opción

FUNDACIÓ PER AMOR A L'ART

GENERALITAT VALENCIANA
Conselleria de Transports, Infraestructures i Mobilitat

DIPUTACIÓ DE VALÈNCIA
Gabinete de Asesoría Jurídica

MIARCO

#MÁQUINASDECUIDAR
Nueva Opción, Asociación de Daño Cerebral Adquirido de Valencia.
Fundada en 1995 por familiares de personas afectadas.

Sin embargo, aprovechamos la ocasión, y contando con el marco del XXV Aniversario de la Entidad, para lanzar una campaña de sensibilización para visibilizar a las familias que están al frente de los cuidados en el Daño Cerebral Adquirido. A partir de la analogía con la inteligencia artificial, la campaña destaca la IA, la “inteligencia afectiva” aplicada al cuidado de personas con DCA. Una tecnología ancestral, inigualable y humana que es propia de las verdaderas máquinas de cuidar: las familias.

Las familias son las responsables del cuidado de personas afectadas de DCA en el 97% de los casos. En concreto, la persona cuidadora principal suele ser una mujer (76,8%), representada por la pareja femenina (40,8%), la

madre (19,4%), la hija (13,3%) o la hermana (3,3%). El 20,3% restante son hombres cuidadores, representados por la pareja masculina (12,8%), el hijo (3,8%), el padre (2,8%) o el hermano (0,9%). El 86,6% de familiares cuidadores manifestó sentirse más sobrecargado a partir del estado de alarma.

Familiares reales de personas afectadas de DCA fueron los y las protagonistas de esta campaña, que se compuso de una imagen gráfica, un video animado y acciones en redes sociales que invitaban a compartir experiencias de cuidados en el DCA con el “hashtag” #máquinasdecuidar.

En internet, se animó a socios y amigos de la Asociación, a cambiar la foto de su perfil en redes sociales, por un logotipo de la campaña con el lema “IA, programado/a con inteligencia afectiva”.

Podéis echar un vistazo a la web de la campaña para conocer más sobre el cuidado de las familias con DCA, y descubrir algunos consejos del equipo de profesionales de Nueva Opción: www.nuevaopcion.es/maquinas-de-cuidar.

También se dio continuidad a la campaña de apoyo al DCA del gesto de la mano en la cabeza, con el que se ha querido reivindicar el DCA estos últimos años, fomentado que familiares, socios/as, personalidades y simpatizantes, subieran a sus redes sociales junto al “hashtag” #DíaDañoCerebral, una foto con la mano en la cabeza.

Por parte de las personas usuarias de los Centros de Día y de Actividades de la Asociación, para homenajear este día, se conectaron entre sí mediante llamada telemática, y a las 12 horas, algunas de ellas leyeron el manifiesto de FEDACE. Como fin de acto, la conexión online finalizó con un concierto a cargo de Javi y Noelia, auxiliar y neuropsicóloga del Centro de Día.

Además, a lo largo de toda la mañana, Nueva Opción contó con una mesa informativa situada en la fachada principal del Ayuntamiento de Valencia.

Y por la noche, algunos monumentos emblemáticos de la ciudad, como el Palacio de las Artes, el Ayuntamiento, y la Puerta de la Mar, se iluminaron de color azul, color del movimiento asociativo del DCA.



CONVENIO FUNDACIÓ PER AMOR A L'ART

Nueva Opción firmó un acuerdo con la Fundació Per Amor a l'Art (FPAA), por el cual ésta acogerá en su edificio social, ubicado en el conjunto Bombas Gens, al Centro de Día II. El espacio se pondrá en marcha en unos meses.

Pablo Álvarez, presidente de la Asociación, valoró así la alianza: “Llevamos años buscando la colaboración de empresas públicas y privadas para conseguir recursos. Llegar a un acuerdo con una entidad del prestigio de FPAA no solo nos permitirá mejorar la atención al DCA y ayudar a un mayor número de personas, sino también aumentar la visibilidad del colectivo. Para nosotros es un regalo caído del cielo que coincide además con la celebración de nuestro XXV aniversario”.

La iniciativa de FPAA y Nueva Opción busca paliar el déficit de recursos públicos que existe. Para toda la Comunidad Valenciana, actualmente solo hay 140 plazas concertadas en centros de día especializados en DCA, cuando se estima que hay más de 56.000 personas afectadas en la autonomía.

El nuevo Centro contará con 32 plazas, con la intención de que 30 sean concertadas por la Conselleria d'Igualtat i Polítiques Inclusives. Con este incremento de plazas, València se consolida entre las provincias con mayor número de plazas de Centro de Día ofertadas por el movimiento asociativo, con un total de 62.

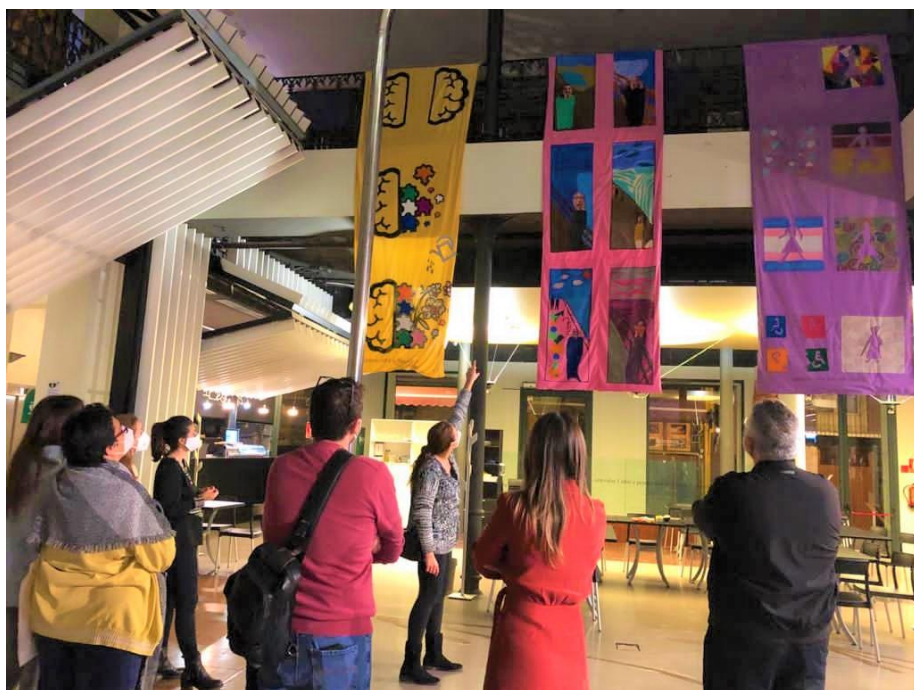
El convenio entre ambas entidades se firmó el Día Mundial del Ictus, 29 de octubre de 2020, para dar visibilidad a los afectados por este accidente cerebrovascular, que con un 78% de los casos, se sitúa como principal causa del Daño Cerebral Adquirido.



EXPOSICIÓN ARTÍSTICA “ENLAIRA LA MIRADA”

Con motivo del Festival de Cine “Ciutatà Compromès 2020”, se presentó la exposición “Enlaira la mirada”, donde se expusieron telas pintadas y decoradas por personas usuarias de los Centros de Día y de Actividades de Nueva Opción.

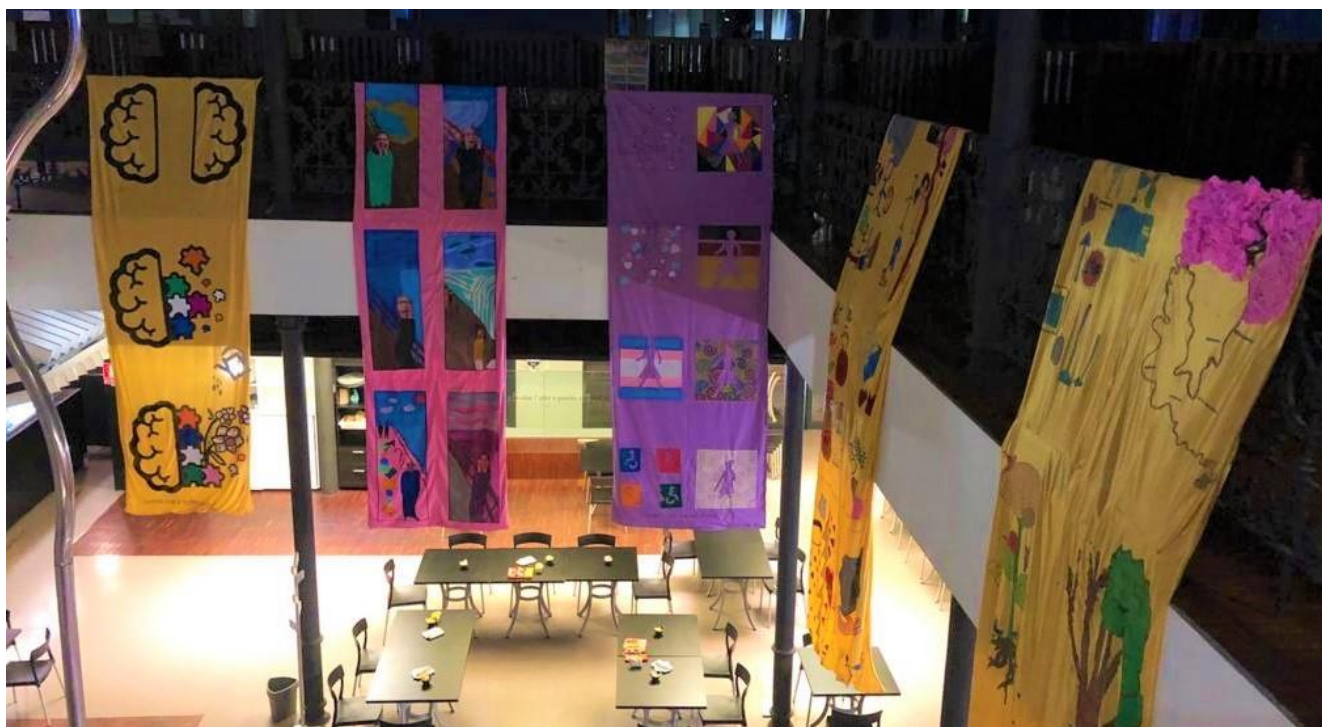
La inauguración fue el lunes 9 de noviembre de 2020, en Octubre Centre



de Cultura Contemporània. Y se pudo visitar durante esa semana, hasta el domingo 15 de noviembre.

La exposición se basó en una instalación donde las telas pintadas por los/as usuarios/as colgaron y ondearon desde los balcones interiores del Centre Octubre, y se dividía en dos apartados:

- Telas de color amarillo corporativo, en donde cada persona usuaria quiso representar el significado que supone, día a día, el DCA en sus vidas. De este modo, se podía encontrar la interpretación de secuelas físicas, cognitivas, de lenguaje; la representación de sus pilares fundamentales, sus familiares; dibujo de gustos e intereses personales... Eran obras cargadas de un gran componente emocional, creadas como resultado de un trabajo personal de introspección.
- De colores, cada Centro decidió aquello que querían representar. Telas rosas, basadas en el cuadro “El grito” de Munch, relacionando ese grito con el momento de adquisición del DCA, donde no solo cambió sus vidas sino, también, la de todo su entorno. Las verdes, con un doble significado, es el color de la esperanza, y es uno de los colores asociados a la sanidad, siendo un pequeño agradecimiento a todo el personal sanitario que ha estado y está luchando contra la pandemia del Covid-19. De color morado, tenían como protagonistas la figura de la mujer, representando toda su diversidad en ocho recuadros, que reflejaban la infancia, la adultez, embarazada, distintos tipos de piel, diversidad sexual, la mujer y la discapacidad y senectud.



La inauguración contó con la proyección de “Sessió de cine: Invisible pero pesa”, donde se vieron vídeos de dicha campaña de la Asociación, en donde algunas de nuestras personas usuarias contaban su experiencia con el DCA a través de entrevistas. Y también se visionó un corto creativo desarrollado en el Taller de Audiovisuales, “Halloween 2018”.

BELÉN DE NAVIDAD

Este 2020 ha sido atípico, y en el Centro de Actividades de Nueva Opción no iba a ser de otra manera. Llevamos meses entre mascarillas, distancia social, gel hidroalcohólico, tomas reiteradas de temperatura, desinfección constante y almuerzos por turnos. Si bien toda esta situación ha condicionado en gran medida nuestra actividad en el Centro, no ha evitado que nuestro belén vuelva a estar presente.

Este año, el pesebre lo forman una familia feliz bastante mediática, acompañada de la vaca y el buey. Tampoco han cesado de sus responsabilidades en el pueblo la lavandera, que se entretiene recitando trabalenguas mientras ruega que el número de la Lotería de Navidad de la Asociación salga premiado, y así pueda comprarse una lavadora para dejar de lavar a mano. Ni el pastorcillo, que lo encontramos masajeando la pata del corderito, que de tanto pastar le ha dado un tirón. También encontramos algún que otro pueblerino, que entre tantas ocupaciones y labores de huerto ha tenido que hacer una parada técnica urgente. Y, dado que su asistencia estaba más que justificada, a pesar del confinamiento perimetral, llegaron visitas de dos Reinas Magas y un Rey Mago, que han cruzado todo Oriente con la mascarilla puesta, portando desinfectante de manos, unas cuantas mascarillas más, y esperemos que la tan ansiada vacuna.

Finalmente, no ha faltado a su cita, apareciendo desde el cielo, el angelito, bien reluciente para que no pase desapercibido, y la estrella, que han venido para desearnos una Feliz Navidad a todos y todas, y a traernos la “mejor vibra” para poder encarar este año que entra.



XIX FESTIVAL NAVIDAD 2020

FESTIVAL MUSICAL ONLINE

El viernes 18 de diciembre de 2020 tuvo lugar el XIX Festival de Navidad del Centro de Día. Ni el maldito coronavirus consiguió que dejáramos de celebrar nuestro tradicional Festival, y ya van diecinueve.

Eso sí, y por razones obvias, fue muy distinto a todos los anteriores, y en lugar de poder contar con la presencia y el calor de muchísimas familias, como ha sido habitual una Navidad tras otra, nos tuvimos que conformar con hacerlo mediante una videoconferencia, ya conocidas por todos y todas.

Hubo muchas familias que quisieron conectarse online y colaborar en él, con disfraces navideños y en compañía de sus allegados/as. Nuestras personas usuarias se atrevieron a cantar villancicos o, por lo menos, ¡lo intentaron!, y es que las conexiones online son maravillosas para hacer conversaciones pero fatales para cantar a coro.

Pese a no resultar un concierto muy bien sonado, pasamos un rato divertido, que también sirvió para poder verse, saludarse y desearse unas felices Navidades. Y recordarnos que juntos y juntas, saldremos de esta situación tan difícil que está provocando la Covid-19.

No pudo faltar la rifa navideña, confeccionada a partir de las aportaciones hechas por todas y todos, y que volvió a estar muy repartida. Así como un vídeo con los y las usuarios/as como protagonistas, recordándonos que volverán los abrazos y las sonrisas, y con una lista de regalos y peticiones para el año entrante.

Una original despedida del 2020 con deseos de que el 2021 simplemente nos traiga normalidad y mucha salud.



APP58 & LSG57



LA ALIMENTAN

LA ASEAN

LA ACOMPAÑAN

nuevaopcion.es



La Inteligencia Afectiva de **Agustín Picazo Perona** y **Lucía Serrano Guijarro** aplicada al cuidado de su **hija Lucía**, afectada de **Daño Cerebral Adquirido**

25 años
nueva opción

FUNDACIÓ
PER —
AMOR A
— L'ART

GENERALITAT
VALENCIANA
Conselleria de Transparencia,
Responsabilitat Social,
Participació i Cooperació

DIPUTACIÓ DE
VALENCIA
Calze o calze amb els Ajuntaments

MIARCO®

nuevaopcion.es

#MÁQUINASDECUIDAR

Nueva Opción, Asociación de Daño Cerebral Adquirido de Valencia.
Fundada en 1995 por familiares de personas afectadas.

RPA74



LA LEVANTA

LE ORIENTA

LE AYUDA A
COMUNICARSE

La inteligencia afectiva de **Rosa Pérez Alemany** aplicada al cuidado de su hermana **Pilar**, afectada de **Daño Cerebral Adquirido**

25 años
nueva opción

FUNDACIÓ
PER —
AMOR A
— L'ART

GENERALITAT
VALENCIANA
Conselleria de Transparencia,
Responsabilitat Social,
Participació i Cooperació

DIPUTACIÓ DE
VALENCIA
Calze o calze amb els Ajuntaments

MIARCO®

#MÁQUINASDECUIDAR

Nueva Opción, Asociación de Daño Cerebral Adquirido de Valencia.
Fundada en 1995 por familiares de personas afectadas.

AJG95 & AJG63



La inteligencia afectiva de **Anastasio Jiménez García** y **Almudena Jiménez Guerro** aplicada al cuidado de su **hijo y hermano Luís**, afectado de **Daño Cerebral Adquirido**

LE ASEAN

LE DAN
DE COMER

LE AYUDAN A
EXPRESARSE

nuevaopcion.es



25 años
nueva opción

FUNDACIÓ
PER —
AMOR A
— L'ART

GENERALITAT
VALENCIANA
Conselleria de Transparencia,
Responsabilitat Social,
Participació i Cooperació

DIPUTACIÓ DE
VALENCIA
Calze o calze amb els Ajuntaments

MIARCO®

#MÁQUINASDECUIDAR

Nueva Opción, Asociación de Daño Cerebral Adquirido de Valencia.
Fundada en 1995 por familiares de personas afectadas.



Asociación
de Daño Cerebral
Adquirido
de Valencia



nuevaopcion.es/blog



facebook.com/nuevaopcion



twitter.com/nuevaopciondca



instagram.com/nuevaopcion



youtube.com/user/NuevaOpcionDCA

ASÓCIESE

Si necesitas contactar con Nueva Opción
hazlo llamando al 96 361 20 16
o escribiendo a info@nuevaopcion.es
Podemos ayudarte.

NUEVA OPCIÓN es una asociación miembro de:



Hermanada con:

