

## **Convives con Espasticidad lanza una Escuela Online para plantar cara a la discapacidad**

### **Una Escuela Online para plantar cara a la discapacidad, superar las adversidades y combatir las consecuencias psicosociales del COVID-19**

La asociación Convives con Espasticidad abre la Escuela Convives donde ofrece una formación práctica online 24 horas al día y seminarios puntuales con psicólogos y otros profesionales.

La Escuela es posible gracias al patrocinio de Ipsen Pharma, Charities Aid Foundation of America (CAF) y Medtronic Foundation, y además cuenta con la colaboración de la Obra Social "la Caixa" y de la UNED, así como con el apoyo del CERMI ESTATAL, el Foro Español de Pacientes, la Fundación Sin Daño y Hemiweb, entre otros.

Gracias a las Becas Afronta de la Obra Social "la Caixa" e Ipsen Pharma, 100 personas con discapacidad y con pocos recursos o sus familias podrán acceder a esta escuela gratuitamente durante un año.

Aproximadamente, un 10% de la población española tiene alguna discapacidad. Según el tipo y el grado de discapacidad, necesita mayor o menor ayuda en su vida diaria. Estos colectivos son más vulnerables a las consecuencias psicosociales del COVID-19. Además, la discapacidad afecta no solo a la propia persona sino también a su entorno más cercano, ya que todos ellos se enfrentan a múltiples adversidades y discriminaciones. En muchos casos, los familiares desarrollan el llamado "síndrome del cuidador", que puede verse agravado por la pandemia. Por otra parte, como demuestran diversos estudios, las personas con discapacidad internalizan unas creencias erróneas asumiendo un rol pasivo ante su propia vida. Si se trabaja su capacidad de afrontamiento, se modificarán sus pensamientos y su actitud ante las dificultades que se les presenten. Para saber cómo afrontar estas situaciones y plantarles cara, la asociación Convives con Espasticidad pone en marcha la primera Escuela Online de Afrontamiento Activo dirigida a todas las personas con discapacidad y a sus familiares.

Esta asociación sin ánimo de lucro -dirigida por Claudia Tecglen, una psicóloga con parálisis cerebral, reconocida por su trabajo a favor de la inclusión- ya coordinó en 2015 y 2018 las Escuelas de Afrontamiento Activo presenciales en Barcelona y Madrid con gran éxito. Este proyecto es fruto de las múltiples peticiones recibidas tras la Escuela celebrada en el Hospital Niño Jesús de Madrid.

Los participantes de la Escuela podrán acceder, las 24 horas del día, a vídeos orientativos con pautas psicológicas para mejorar su afrontamiento, a testimonios reales de personas con discapacidad y sus familiares y a documentos prácticos que les facilitarán enormemente su desempeño en el día a día, además de tareas y ejercicios a realizar para mejorar su fortaleza mental y otros contenidos de interés.

La reacción ante el diagnóstico; cómo combatir la ansiedad y la depresión; mejorar las habilidades

sociales; cómo tratar a los hermanos de los niños con discapacidad; el juego como clave del desarrollo feliz; el síndrome del cuidador; cómo fortalecer la autoestima y el disfrute de la sexualidad, son algunas de las materias desarrolladas inicialmente en esta novedosa escuela online y pueden verse incrementadas en el futuro a sugerencia de los alumnos. Así mismo, Convives con Espasticidad creará un contenido específico para combatir las consecuencias psicosociales del COVID-19 para los alumnos de la Escuela gracias a estas becas.

Dos psicólogos coordinarán la escuela: Claudia Tecglen y el doctor Darío Fernández, médico y psicólogo con más de 30 años de experiencia clínica.

La iniciativa es posible gracias al patrocinio de Ipsen Pharma, Charities Aid Foundation of America (CAF) y Medtronic Foundation. Así como a la colaboración de la Obra Social "la Caixa", la UNED y su Centro de Atención a Universitarios con Discapacidad (UNIDIS) y el apoyo del CERMI ESTATAL, del Foro Español de Pacientes, de la Fundación Sin Daño, de la Fundación Ana Valdivia, del IRF la Salle y de Hemiweb.

Para acceder es necesario asociarse a Convives con Espasticidad, cuyo coste anual es de 60€. Con esta cuota, además de tener acceso de inmediato a la escuela, los socios podrán beneficiarse de todos los servicios de la entidad. Gracias a las Becas Afronta de la Obra Social "la Caixa" e Ipsen Pharma, 100 personas con discapacidad y con pocos recursos y sus familias podrán acceder a esta Escuela gratuitamente durante un año.

Para Claudia Tecglen, "se puede tener una discapacidad y ser feliz. En esta escuela, proporcionaremos a las personas con discapacidad y a sus familias estrategias psicológicas para enfrentar su situación con una actitud positiva. El formato online nos permite eliminar cualquier dificultad de desplazamiento o incompatibilidad horaria. Estas becas nos permiten ayudar a quienes más lo necesitan".

El doctor Darío Fernández, por su parte, recuerda que "el afrontamiento activo es la base del bienestar e incrementa la adherencia al tratamiento". Además, apunta que "los efectos psicológicos del COVID-19 se empiezan a manifestar, pero se requiere de apoyo y tiempo para superarlos". Ambos recalcan que, de ningún modo, esta Escuela sustituye la consulta con un especialista, pero sí es una herramienta de gran utilidad.

Por otro lado, Javi Molina, papá de una niña con parálisis cerebral de 4 años y uno de los participantes de la Escuela celebrada en el Niño Jesús, se emociona al recordar que "la Escuela de Afrontamiento Activo de Convives fue para mí una gran experiencia. El factor psicológico es un gran abandonado en nuestra sanidad y cuando la discapacidad aparece por sorpresa en tu vida, se echa en falta un apoyo para enfrentarte a la nueva situación. En ella tratamos aspectos sobre la discapacidad que me ayudaron y ayudan a convivir con la que tiene mi hija. Siempre estaré agradecido por acercarme a otras personas que viven situaciones iguales o muy parecidas y a profesionales comprometidos, por enseñarme a ver las cosas con perspectiva, por ayudarme a poner nombre y dar respuesta a situaciones y sentimientos, por poner en mis manos herramientas para poder acompañar a mi hija... Tanto mi mujer como yo ya estamos apuntados a la Escuela Online y animo a todo el que conviva con

una discapacidad a apuntarse, es algo que te cambia la vida”.

Estas Escuelas fomentan el coaprendizaje mutuo y promueven la figura del paciente y familiar experto como parte del equipo transdisciplinar que les tratan. Se insta a que las personas con discapacidad, con el acompañamiento de sus familiares, sean las protagonistas de su vida. En esta Escuela Online contamos con el apoyo de José de Luna de Diego, actor de la película Campeones, persona con discapacidad intelectual y alumno de la Escuela, que afirma: “Me gusta mucho la Escuela y me sirve para aprender cosas nuevas para mi vida”. Por su parte, Fabiola de Osborne, madre de Kike, quien siempre muestra la discapacidad de su hijo con naturalidad declara: "Me siento muy afortunada como madre de poder contar con este tipo de apoyos, que son de gran ayuda para las familias y así estar más preparadas y formadas para guiar a nuestros hijos, que en ningún caso es una tarea fácil".

**Datos de contacto:**

Paula Tabuyo  
616 89 48 04

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Medicina](#) [Educación Infantil](#) [Solidaridad y cooperación](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>