

# 400 personas aprenderán a tratar la discapacidad en el ciclo de la UN 'Capacitarse'

La quinta edición del curso se plantea como un taller práctico dividido por tipos de discapacidad

El programa, abierto a la ciudadanía, está organizado por Tantaka, el Banco de Tiempo de la Universidad de Navarra

AINHOA PIUDO Pamplona

¿Quién no ha intentado hacerse entender con una persona con problemas de audición gritando y vocalizando mucho, o guiar del brazo a alguien que tiene una discapacidad visual? ¿Debemos ayudar siempre a alguien que va en silla de ruedas o hay que respetar su autonomía si no requiere de apoyos? En definitiva, ¿sabemos tratar a las personas con discapacidad? La respuesta general es que no, "salvo aquellas personas que, por circunstancias particulares, les ha tocado vivirlo de cerca". Y es esta negativa la que da sentido a la quinta edición del ciclo 'Capacitarse para entender la discapacidad', que organiza Tantaka, el Banco de Tiempo de la Universidad de Navarra, con un objetivo claro: dotar de herramientas a los asistentes para que sean inclusivos en cada gesto cotidiano.

Este año, el programa se ha estructurado como "un macro taller" en el que puedan participar como máximo 400 personas. Está

## LA INFORMACIÓN

**Programa.** Sesión introductoria el 29 de enero, a las 14 horas en el Museo Universidad de Navarra. Talleres, los días 5, 12, 19 y 26 de febrero, en el Edificio Amigos, de 14 a 15 horas.

**Inscripciones en** 'www.unav.edu/tantaka'. El aforo es limitado a 400 personas y ya hay 330 apuntadas.

abierto a toda la ciudadanía, no sólo a la comunidad universitaria, y es gratuito. "Ya hay 330 apuntados. Es el curso que más inscripciones tiene de todos los que hace la Universidad", detalló ayer Sofía Collantes, coordinadora de Tantaka. "Por facultades, las que más asisten son Educación, Medicina y Enfermería", detalló.

El contenido se ha dividido por tipos de discapacidad, y cada una de ellas contará con un ponente diferente. Equalitas Vitae (física); Fundación Ideas (visual); Asociación Eunate (auditiva); Anfas (intelectual) y Colectivo Los Perro Verde (trastorno mental).

"Tenemos que formar e informar a la gente, porque nadie nace aprendido", reivindicó ayer Luis Casado, uno de los ponentes del curso que tiene una discapacidad visual. Otra de las que intervendrá será Mari Luz Sanz (Cermin y Asociación Eunate). "Queremos que los alumnos pierdan el miedo a relacionarse con personas con discapacidad. A veces por no enfrentarnos a eso, optamos por evitarlos y punto", lamentó.



Cristina García-Aguayo, María Luz Sanz, Luis Casado y Sofía Collantes, ayer en la Universidad de Navarra.

## "Si ofreces información a la gente, los estereotipos caen por sí solos"

**Cristina García-Aguayo tiene trastorno bipolar y es miembro del colectivo 'Los Perro Verde', que impartirá un taller**

A.P.Pamplona

Cristina García-Aguayo puso nombre hace 9 años a lo que le ocurría: trastorno bipolar. Esta licenciada en Comunicación Audiovisual admite que ella también se rebeló en ese momento. "Lo último que quiere cualquier persona del mundo es que le digan que tiene una enfermedad mental", dice.

Es el llamado estigma, el miedo al rechazo social, que es muchas veces mucho más dañino que la propia enfermedad en sí.

"Yo no era diferente, tardé un montón en asumirlo y pasé por todo: falta de aceptación, poca adherencia al tratamiento, lucha contra el psiquiatra", enumera. "Si te dicen que tienes una psoriasis, en cambio, no se te ocurre pelearse con el dermatólogo".

García-Aguayo es una de las integrantes del colectivo Los Perro Verde, que lleva cuatro años trabajando por sensibilizar a la población, especialmente a la escolar, en materia de salud mental. Lo hacen de la mano de la psiquiatra Lorena de Simón, siempre "en primera persona", porque "así es la manera en la que llegas a la gente". El grupo impartirá uno de los talleres en el ciclo Capacítate, con el que ya han colaborado antes. "Lo que ocurre con el tema de la enfermedad mental es que la incom-

petencia es inconsciente", reflexiona. "El problema es que no sabemos que no sabemos; o, a un peor, que tenemos creencias limitantes, basadas en distorsiones, caricaturas, estereotipos", se explica.

Para García-Aguayo, combatir "la falta de información" es el camino que se debe recorrer, el campo por abonar. "Estoy convencida de que así los estereotipos caerán por sí solos. No es que la gente sea mala, no es una cuestión de responsabilidad personal". Solamente ampliando la cultura general sobre este tema se conseguirá, por ejemplo, "que no pasen diez años, como media, entre que una persona detecta los primeros síntomas y se decide a pedir ayuda", apunta la autora del blog 'estoycomunamara-ca.wordpress.com'.