



Nº17

Tengo una enfermedad neuromuscular

Productos que me ayudan a **participar en actividades deportivas y lúdicas**

Participar en actividades sociales, lúdicas, artísticas, culturales o deportivas es para mí, como para cualquier persona, un modo de descansar, recargar energía, relajarme y de crear una red de relaciones.

Gracias al desarrollo de numerosos productos de apoyo y a los servicios relacionados con estos aspectos, este sector se extiende proporcionando una gran diversidad de actividades individuales o colectivas. La vela, la equitación, el senderismo, el esquí o el fútbol son solo algunos ejemplos.



Federación Española
de Enfermedades
Neuromusculares
asem

**AFM**
Association Française contre les Myopathies



Algunas soluciones:

Incluso en silla de ruedas, se puede practicar **esquí**, **monoesquí** o **biesquí**.

Con ayuda de un acompañante, el tándem esquí permite que las personas con movilidad reducida desciendan con total seguridad por las pistas.

El **Hippocampe** (silla de ruedas de playa) posibilita el ir a la playa y acceder a las actividades náuticas. Con la opción «kit esquí» el usuario podrá disfrutar del encanto de los deportes de invierno.

Modul'evasion es un vehículo eléctrico que se conduce con un joystick 4x4, se puede montar una silla de ruedas manual (SRM) o eléctrica (SRE) para pasar por casi cualquier sitio y así descubrir nuevos parajes.

La **Joëlette** es una silla de ruedas de transporte guiada por dos acompañantes que permite pasear tanto por el campo como por los senderos más estrechos.

Existen muchos sistemas para pasear en **bicicleta** con una persona que está en SRM.

El **fútbol en silla de ruedas** está cada vez más desarrollado. Se puede jugar en algunas SRE con adaptaciones específicas o en SRE concebidas especialmente para este deporte.

Existen **columpios** de diversos tamaños y que se pueden adaptar a lo que se necesite: eslinga, silla de sujeción o reposacabezas.

La **natación** puede practicarse con flotadores especiales.

El **hockey** en SRE infantil especial es muy conocido y está muy desarrollado en Dinamarca.

Estos datos se ofrecen a título de ejemplo.
No se trata de una lista exhaustiva.

Texto original : AFM junio 2009

http://www.myobase.org/opac/index.php?lvl=notice_display&id=13064#Uo9uGsRWw68

Traducción al español (2013): María González Lago - Elena Sánchez Trigo (Universidade de Vigo) Vigo (España)

Revisión experta: Thais Pousada García (Terapeuta ocupacional)

Coordinación: ASEM Galicia (Vigo-España) www.asemgalicia.com para la Federación ASEM (Barcelona) www.asem-esp.org

Editada en Barcelona por Federación ASEM – 2013

ISSN: 2340-7859

Serie: Tengo una enfermedad neuromuscular. Productos que me ayudan.



Para saber +

Federación española de deportes de personas con discapacidad física
www.feddf.es

Consultar catálogo del Centro de Autonomía Personal y Ayudas Técnicas: www.catalogo-ceapat.org

Pedir consejo y ayuda en el Centro Estatal de Autonomía Personal y Ayudas Técnicas: www.ceapat.org

Y a las entidades regionales de la Federación ASEM: www.asem-esp.org/index.php/asociaciones

Algunos distribuidores:

Ski/Joëlette Ferriol-Matrat
+33 (0) 476 645 000
www.ferriol-matrat.com

Hippocampe Vipamat
www.vipamat.com

Modul'Evasion Deiva
+33 (0) 442 770 510
www.deiva.fr

Rodem:
www.rodem.es

Fútbol en Silla de ruedas
<http://futman.ceoecant.es>

FRE: CREE
+33 (0) 472 240 899
www.cree.fr

Invacare
www.invacare.es

TFH
+33 (0) 130 614 900
www.tfhuk.com

Hockey UB-Let (DK)
www.el-hockey.dk