

ROMPIENDO BARRERAS

Irene Méndez Fuentes
Gerardo de Pablo Lérída
M^a del Pilar Rodríguez Rízquez





Fran Osorio, lucha cada día contra barreras que limitan su acceso a espacios culturales clave. Su silla de ruedas se convierte en un símbolo de una lucha más grande: la búsqueda incansable de la inclusión en cines, plazas de toros, y la Aldea del Rocio. Su historia es la de 2500 millones de personas en el mundo, que viven en batalla por derribar obstáculos en pos de un mundo culturalmente accesible para todos.

En un mundo donde la inclusión es un pilar fundamental, garantizar el acceso igualitario para todas las personas es un desafío esencial. Sin embargo, un desafío que persiste es el acceso para aquellos que se desplazan en silla de ruedas. Las barreras físicas y sociales a menudo obstaculizan su movilidad y su participación plena en la sociedad. ¿Cómo podemos mejorar esta situación y garantizar un entorno más inclusivo?.

El acceso adecuado no se trata sólo de implementar rampas y ascensores; es un cambio cultural que abarca la conciencia, la infraestructura y la actitud colectiva. Las barreras físicas, como escaleras sin rampas, aceras estrechas o instalaciones inaccesibles, limitan la movilidad de las personas en silla de ruedas. Estas limitaciones no solo restringen su libertad de movimiento, sino que también afectan su independencia y autoestima. Actualmente, **solo un 0,6% de los 9,8 millones de los edificios de viviendas en España** cumplen los criterios de accesibilidad universal para personas con movilidad

reducida o discapacidad. Estos datos han sido recogidos por la Fundación Mutua de propietarios a pesar de que, en 2017, finalizó el plazo para que las comunidades de propietarios cumplieren con los requisitos de accesibilidad universal. El plazo está incorporado dentro de la **Ley General de Derechos de las Personas con Discapacidad**.

La conciencia y la educación desempeñan un papel crucial en este escenario. La falta de comprensión y empatía hacia las necesidades de las personas en silla de ruedas a menudo genera obstáculos invisibles: miradas de incomodidad, comentarios insensibles o una falta de consideración en entornos públicos. Cultivar una mentalidad inclusiva no solo requiere cambios estructurales, sino también un cambio de mentalidad en la sociedad para fomentar un ambiente acogedor y respetuoso

para todos.

Según fuentes del Instituto Nacional de Estadística sobre una encuesta realizada en 2020 de discapacidad, autonomía personal y situaciones de dependencia, existe un **81,2% de hombres y un 112,1% de mujeres** con discapacidad con tasas por 1000 habitantes de 6 o más años. De cada porcentaje, un **38,9% de hombres y un 68,5% de mujeres** pertenecen a discapacitados por movilidad.

Las enfermedades que pueden provocar una discapacidad son muchas. Algunas de ellas incluyen lesiones en la médula espinal, esclerosis múltiple, lesiones cerebrales, distrofia muscular, polio o amputaciones. Es fundamental destacar que la experiencia y las necesidades individuales pueden variar significativamente, y la utilización de una silla de ruedas puede ser temporal o permanente según la

condición médica específica y la respuesta al tratamiento.

Por otro lado, las enfermedades neurodegenerativas constituyen una de las principales causas de discapacidad. La dependencia de sillas de ruedas o ayudas para la movilidad no se limita únicamente a lesiones medulares adquiridas por accidentes, ya que también existen discapacidades derivadas de lesiones neuronales que afectan la movilidad como el Alzheimer o el Parkinson.

Teniendo en cuenta la gran variedad de enfermedades que pueden derivar en discapacidad, la elección de una silla de ruedas debe considerar varias características para asegurar comodidad, funcionalidad y adaptación a las necesidades específicas de cada individuo.



Algunas características importantes incluyen adaptación al tipo de discapacidad, tamaño y peso, material y peso de la silla, comodidad, ruedas y neumáticos, sistema de frenos, estabilidad, accesorios y opciones de personalización, facilidad de plegado y transporte. Al seleccionar una silla de ruedas, es esencial involucrar al usuario y considerar las recomendaciones de profesionales de la salud, como fisioterapeutas u ocupacionales, para garantizar una elección adecuada y cómoda.

Las personas con discapacidad han constituido un grupo extenso y vulnerable que, debido a la estructura y funcionamiento tradicional de la sociedad, han experimentado habitualmente situaciones de exclusión. Esta realidad ha llevado a la limitación de sus derechos fundamentales y libertades, condicionando u obstaculizando su desarrollo personal. Además, se ha visto afectado su acceso a los recursos y servicios disponibles para la población en general, así como la oportunidad de contribuir con sus capacidades al progreso de la sociedad.

La adaptación de espacios públicos y privados es un paso esencial hacia la inclusión. Implementar infraestructuras accesibles no solo beneficia a las personas en silla de ruedas, sino a toda la comunidad. Rampas bien diseñadas, puertas más anchas, baños accesibles y señalización adecuada no solo facilitan la vida diaria de aquellos con discapacidades motoras, sino que también mejoran la accesibilidad para personas mayores,

padres con cochecitos de bebé y aquellos con lesiones temporales.

La importancia de facilitar el acceso a personas en silla de ruedas va más allá de la mera comodidad. Se trata de proporcionar igualdad de oportunidades, dignidad y autonomía a todos los individuos. Empoderar a las personas con discapacidad no solo enriquece su vida, sino que enriquece la diversidad y el tejido social en su conjunto.

“No me levantaba para nada más porque no quería sentarme en la silla de ruedas”

Las leyes establecen que en los **espacios urbanos** de uso público debe existir, al menos: un aseo o baño adaptado. En lugares de hospedaje como **hoteles**, albergues o residencias, la cantidad de habitaciones adaptadas varía según la capacidad del establecimiento. En el caso de **alojamientos con entre 20 y 50 habitaciones**, deberán tener al menos una habitación adaptada. En el caso de locales y aulas destinados a espectáculos o centros culturales, se requiere reservar un **mínimo del 2% del espacio para personas con discapacidad**. Cada habitáculo del planeta debería estar legislado por este tipo de normas que

garantizan seguridad y accesibilidad. ¿Pero es esto así en la vida real?

El progreso se ha hecho, pero aún queda mucho por hacer. Es responsabilidad colectiva trabajar hacia una sociedad más inclusiva, donde todos puedan participar plenamente, independientemente de sus capacidades físicas. Romper las barreras, tanto visibles como invisibles, nos acerca a un mundo donde la inclusión es la norma y la diversidad es celebrada.

A **Fran Osorio** su vida le cambió una mañana de 1995. El mismo día que falleció su abuela, y tras sentir un fuerte dolor de espalda dejó de caminar. Sufrió un infarto en la médula espinal, una condición poco común pero seria que ocurre cuando hay una interrupción en el suministro de sangre a la médula espinal, lo que resulta en daño tisular y disminución o pérdida de la función nerviosa en esa área específica.

Todo lo que hasta entonces conocía Fran cambió por completo. El cuenta cómo fue su vida meses después de quedarse en silla de ruedas ``me dieron el alta de San Juan de Dios, me metí en mi cuarto y nada más salía para ducharme y hacer mis necesidades. No me levantaba para nada más porque no quería sentarme en la silla de ruedas``. Tras sufrir una gran depresión, conoció a Julio “ el zapatero”, la persona que más le ayudaría en el camino para vivir en silla de ruedas. Gracias a él, comenzó a jugar al baloncesto adaptado. Vivió como era viajar por primera vez solo

un gran aprendizaje y le sirvió de valentía para seguir adelante.

Fran, se encuentra con restricciones significativas al intentar acceder a espacios culturales comunes. Los cines, por ejemplo, a menudo carecen de infraestructura adecuada, como rampas de acceso o asientos adaptados, lo que dificulta o incluso imposibilita su entrada. Esta limitación no solo afecta su capacidad de disfrutar de películas en la pantalla grande, sino que también representa un símbolo de una sociedad que aún tiene un largo camino por recorrer en términos de inclusión.

Cuenta su última experiencia en estos espacios “nos invitan a ver Operación Camarón en Mega Ocio en Bormujos, y estaba el asiento de minusválidos en primera fila”. La mayoría de los cines disponen de asientos para discapacitados en primera fila, donde tienes que estar todo el tiempo que dure la película con el cuello en una postura dolorosa e incómoda. “Estuve con el cuello cada dos por tres para abajo mareado, y no ví película ni vi nada” cuenta Fran, que tras el suceso quiso reclamar a lo que recibió una respuesta por parte de los trabajadores que le dejó marcado “usted podrá poner una reclamación, pero esto lleva 25 años construido y no nos han metido bronca”. Estas palabras lo dijeron todo.

Las plazas de toros, o la Aldea del Rocío son otros escenarios culturales arraigados en la tradición Andaluza, que también se vuelven inaccesibles para Fran y muchas otras personas en silla de



ruedas. “Hay mucha arena y no te puedes mover. Te tienes que mover en coche de caballos que te lleven de un lado para el otro” la falta de adaptaciones y la ausencia de consideración hacia las necesidades de accesibilidad cierran las puertas a experiencias culturales significativas y únicas para él y otros en situaciones similares.

Sus palabras estremecen “si a ti te gustan los toros, no puedes ir a la plaza porque no está adaptada. Te quedas en una silla de ruedas y ya el ocio no lo puedes tocar. Te vas al cine, primera fila, te partes el cuello; ¿quieres ir a los toros? no puedes ir ¿porque? porque no está adaptada; te quieres ir a la playa, no puedes ir porque no está preparada”. El mensaje de Fran trasciende su propia lucha personal. Representa una lucha colectiva por un mundo donde la diversidad sea celebrada y donde todos tengan la oportunidad de participar plenamente en la vida cultural de sus comunidades.

Su determinación es un recordatorio poderoso de que la inclusión no es solo una meta, sino un camino que cada sociedad debe recorrer para ser verdaderamente equitativa y diversa.

El compromiso, la solidaridad y la lucha por la inclusión son los pilares fundamentales que sostienen a la Asociación Alma Sevilla. Esta organización, afiliada a la federación COCEMFE (Confederación Española de Personas con Discapacidad Física y Orgánica), se erige como un faro de apoyo y esperanza para aquellos que enfrentan lesiones medulares en Andalucía, específicamente en Sevilla.

Con un legado arraigado en la historia de la lucha por los derechos y la integración de las personas con lesiones medulares, Alma Sevilla tiene sus raíces en la Asociación Nacional de Paraplégicos y Grandes Minusválidos, fundada en 1979 en Toledo. Evolucionando desde su origen bajo el nombre Aspaysm Sevilla,

adoptó su identidad actual como Alma Sevilla, marcando un compromiso aún más profundo con su comunidad.

Esta asociación, conformada por 190 personas, abraza un enfoque voluntario y sin fines de lucro. Su labor va más allá de proporcionar asistencia y apoyo práctico a aquellos afectados por lesiones medulares; también se enfoca en fomentar la independencia, la autoestima y la plena integración de sus miembros en la sociedad. Los programas y servicios ofrecidos por Alma Sevilla abarcan desde asesoramiento jurídico y atención psicológica hasta actividades de ocio adaptado y formación para la vida independiente. Además, la asociación desempeña un papel fundamental en la sensibilización y concienciación pública sobre las necesidades y desafíos enfrentados por las personas con lesiones medulares.

La fuerza de Alma Sevilla radica en su comunidad unida y comprometida, donde cada persona asociada aporta no solo su propia historia y experiencias, sino también su determinación para impulsar un cambio positivo. El espíritu de solidaridad y cooperación impregna cada iniciativa y actividad que la asociación lleva a cabo.

María Teresa Barrera Soto, directiva de la asociación, sufrió al igual que Fran hace 26 años un infarto de médula a raíz de dar a luz a su hijo. El cambio de poder realizar una vida totalmente normal sin ningún tipo de limitación a tener que aprender a llevar la nueva vida para muchas

personas es un shock, por eso son necesarias asociaciones como Alma Sevilla.

Según Teresa, es en el propio hospital donde se suele informar sobre estas asociaciones durante la rehabilitación, en su caso durante su hospitalización en el Hospital de San Juan de Dios, donde conoció a otras muchas personas en su situación y donde voluntarios y terapeutas ocupacionales le informaron.

La rehabilitación llevada a cabo en los hospitales es una cuestión más psicológica que física, por lo que simplemente se reeduca a las personas para su nueva vida. Enseñan a mantener su cuerpo en forma, ya que sus brazos empiezan a ser sus nuevas piernas. En esta rehabilitación también se informa sobre las oportunidades profesionales que tienen con la **Fundación Once**.



Al igual que muchos establecimientos, las viviendas a la hora de ser construidas deben tener en cuenta estas normativas. La mayoría de personas en silla de ruedas se ven obligadas a mudarse a viviendas que puedan reformar. **Esperanza**, trabajadora de COCEMFE y socia de Alma Sevilla vivió este tipo de situación. Hace 23 años se quedó en silla de ruedas por un accidente de moto en Cádiz. Tras ello, su casa no estaba adaptada en ningún aspecto para la situación que llegó a su vida. Cambiar de vivienda supuso un esfuerzo en su familia.

En caso de poder adaptar su propia casa, es necesario una obra, para las que no hay apenas subvenciones o que no cubren ni el 50% de la misma, quedando muchas de las personas que no tienen recursos y que sufren estos accidentes atrapados en las viviendas. En el caso de Esperanza, cuando le ocurrió el accidente, aún vivía con sus padres y optaron por la opción de mudarse y reformar su nuevo hogar ya que no tenían posibilidad de adaptar su anterior vivienda, sin embargo Teresa al vivir en un primero optó por instalar un ascensor y adaptó su cuarto de baño, por supuesto todo pagado por su propio bolsillo.

Desde las asociaciones como Alma Sevilla realizan diversas actividades para sus miembros, en su caso este año realizaron una visita al Archivo de Indias y en verano acudieron a la playa e hicieron submarinismo, adaptado a las condiciones de los mineros de la asociación. Al igual que también promueven la

participación en deportes como tenis, ping pong, esgrima, pádel, fútbol, atletismo y ciclismo, nada es imposible, solo hacen falta ganas de hacer las cosas, los límites se los impone a cada uno su cerebro.

El panorama de las personas con lesiones medulares revela desafíos que van más allá de las barreras físicas. Las cifras y circunstancias mencionadas destacan la urgente necesidad de

No solo es un llamado a la acción para mejorar la accesibilidad y la inclusión, sino también a la empatía y la comprensión

conciencia y acción colectiva para garantizar la plena inclusión y accesibilidad de estas personas en todos los aspectos de la vida.

La falta de adaptación en hogares, edificios y espacios públicos, manifestada por el escaso porcentaje de incumplimiento de criterios de accesibilidad, impacta directamente en la calidad de vida de quienes sufren discapacidades por movilidad. La escasa respuesta a las solicitudes de adaptación y la baja presencia de personas con discapacidad en el ámbito laboral señalan la persistente discriminación y exclusión. De igual forma las enfermedades neurodegenerativas y las lesiones medulares,

mencionadas como causas de discapacidad, subrayan la diversidad de condiciones que pueden afectar la movilidad. La elección de una silla de ruedas se vuelve crucial, y se destaca la importancia de la participación activa del usuario y la consulta con profesionales de la salud para asegurar una adaptación adecuada.

Las leyes y regulaciones existentes muestran avances significativos, pero la realidad muestra la necesidad de un compromiso más profundo y una puesta en práctica más rigurosa. La lucha por los derechos de las personas con discapacidad no solo es responsabilidad de ellas, sino de toda la sociedad.

Las historias de María Teresa Barrera Soto, Esperanza y Francisco son testimonios vivos de la adaptación a una nueva vida tras lesiones medulares. Las asociaciones, como Alma, desempeñan un papel muy importante al proporcionar apoyo, información y oportunidades para la inclusión social. Sin embargo, queda claro que aún hay mucho por hacer para superar barreras arquitectónicas, sociales y psicológicas.

Por lo que no solo es un llamado a la acción para mejorar la accesibilidad y la inclusión, sino también a la empatía y comprensión de las experiencias individuales. La lucha por los derechos de las personas con discapacidad es una lucha colectiva, y la construcción de una sociedad verdaderamente inclusiva requiere el compromiso de cada uno de nosotros.