

Ajustar el tamaño de la letra en la pantalla: [+ letra más grande](#) | [- letra más pequeña](#)

STARTING A SUPPORT GROUP: THE BASICS - English Version is available in [Library Catalog](#)

### **"Las personas con amputaciones necesitan de otras personas que están en su misma situación para aprender y compartir experiencias".**

Bienvenidos al apasionante mundo del apoyo entre compañeros, un paso importante hacia una sana recuperación. Aplaudimos su interés por empezar un grupo de apoyo. Empezar un grupo de apoyo es una responsabilidad, un reto y una experiencia valiosa. La Coalición de Amputados de América (ACA, por sus siglas en inglés) le propone los siguientes pasos recopilados de exitosos grupos de apoyo y organizaciones en todo el país.

#### **Primeros pasos:**

- Busque dos o tres personas que estén interesadas.
  - Planee la primera reunión.
  - Elija lugar, fecha y hora.
  - Celebre una reunión formativa.
  - Haga correr la voz y véalo crecer.
1. La mayoría de los grupos han sido creados por una o dos personas totalmente entregadas. Las primeras reuniones suelen tener lugar en la cocina de alguien mientras se almuerza o se toma un café. El paso más importante es empezar. Usted puede ser esa personalidad impulsora que liderará y ayudará a los demás. Las personas que suelen estar interesadas en participar son aquéllas que han experimentado la pérdida de una extremidad, padres, familiares, clérigos, protésicos, médicos, clínicos, profesionales hospitalarios y de rehabilitación y asesores.
  2. Plantee sus razones para crear un grupo, las necesidades e intereses de miembros potenciales y los servicios que cubrirán esas necesidades. Algunos grupos de apoyo prestan servicio a grupos especiales como, por ejemplo, padres de niños con pérdida de extremidades o personas con amputaciones interesadas en deportes.
  3. Algunos centros le permitirán hacer uso de sus salas de reunión de forma gratuita. Póngase en contacto con el Centro de Vida Independiente (Center for Independent Living) de su área, con centros de rehabilitación y hospitales locales, instalaciones

protésicas y ortésicas, bibliotecas locales, centros de jubilados, centros de veteranos, asociaciones de ayuda, locales masónicos e iglesias. Tenga en cuenta la accesibilidad a la instalación, incluido el acceso para sillas de ruedas. Elija una fecha y hora que se adapte a su situación. Se puede cambiar si es necesario.

4. La reunión formativa es una sesión para discutir los planes de futuro del grupo. Elija cuatro responsables: presidente, vicepresidente, secretario y tesorero. Levante acta, elija el nombre del grupo, fije las metas y establezca el plan de acción. Fije la hora y el lugar de la próxima reunión.
5. ¡Véalo crecer! La comunicación es el ingrediente clave para mantener unido al grupo y hacer que crezca. Organice un comité de convocatoria o, al menos, consiga que alguien se ponga en contacto con los miembros del grupo y les recuerde la fecha y hora de las reuniones. Envíe recordatorios o tarjetas unos tres o cinco días antes de cada reunión. Un boletín informativo de una página, u otra forma de divulgación, sobre lo que hace el grupo mantiene el interés de la gente y ayuda a aquéllos que no pueden salir de casa. Dé tiempo a los miembros del grupo para hablar e intercambiar ideas durante las reuniones. Incluya a todos en las actividades del grupo cuando sea posible.

## **Publicidad para su grupo de apoyo**

- Coloque folletos de publicidad en los tableros de anuncios de hospitales, centros de rehabilitación, clínicas de diabetes, centros de protésica y ortésica (O & P, por sus siglas en inglés), centros de jubilados, y centros de vida independiente.
- Prepare anuncios de interés público. La ley requiere que todas las estaciones de radio y televisión y los periódicos realicen anuncios de interés público. Llámelos y pídale información sobre las directrices.
- Póngase en contacto con todos los centros de protésica y ortésica de la zona para que sepan de la existencia de su grupo. Es posible que estén dispuestos a adjuntar folletos de publicidad en su correspondencia. Puede que sepan de personas con amputaciones que estarían interesadas en formar parte del grupo.
- Póngase en contacto con los departamentos de fisioterapia y servicios sociales de los hospitales locales y pida permiso para hacer una presentación. Preséntese usted y a los miembros del grupo y provea información sobre los servicios que su grupo ofrecerá.

## **Consejos para las reuniones**

- Las personas con amputaciones aprenden cuando comparten sus experiencias con otras personas que también tienen amputaciones (con técnicas como la de "muestra y cuenta" -show and tell-que consiste en mostrar un objeto y conversar sobre él).
- Dé tiempo a que las personas con amputaciones y sus familiares acudan a las reuniones y den su opinión.
- Los ponentes pueden aportar información técnica valiosa sobre amputaciones.
- La ACA está disponible para ayudar a los grupos de apoyo a patrocinar un seminario regional de formación de compañeros.

## **Información adicional**

Coalición de Amputados de América. Red nacional de compañeros: manual para miembros de grupos de apoyo. Centro de Información Nacional sobre Pérdida de Extremidades (National Limb Loss Information Center), 2001.

La Coalición de Amputados de América (ACA, por sus siglas en inglés) se complace en ofrecer este manual gratuito a los miembros de los grupos de apoyo (póngase en contacto con la ACA para recibir información sobre las ventajas de ser miembro). Se trata de un recurso de valor incalculable y uno de los muchos instrumentos que se utilizan para crear grupos de apoyo. Puesto que cada estado dispone de leyes específicas que establecen las normativas de los grupos sin fines de lucro, debería ponerse en contacto con la Oficina del

Fiscal General de su estado o con la Oficina del Secretario para recibir más información y recursos. Puede obtener asesoramiento adicional a través de los centros de vida independiente, asociaciones de ayuda legal, abogados y contables voluntarios y organizaciones sin fines de lucro locales como la Asociación de Diabéticos o la Sociedad del Cáncer.

Si tiene alguna pregunta, puede llamar al número gratuito de la ACA: 1 (888) AMP-KNOW (267-5669).

---

 [Regreso al inicio](#)

Actualizado en : 29-nov-05



© Amputee Coalition of America. Los derechos de reproducción pertenecen a la [Coalición de Amputados de América](#). Se permite la

reproducción local para uso de los constituyentes de la ACA, siempre y cuando se incluya esta información sobre los derechos de

reproducción. Las organizaciones o personas que deseen reimprimir este artículo en otras publicaciones, incluidos otros sitios web, deben contactar con la Coalición de Amputados de América para obtener permiso.

