



“Para ser un buen asistente personal, simplemente tienes que tener en consideración las necesidades de la otra persona, pararte a escuchar cómo quiere que se hagan las cosas”

Paula Barranco Verdejo

Asistente personal en la Comunitat Valenciana

1. ¿Qué es para usted la vida independiente?

Es la posibilidad que tenemos todas las personas de decidir, dentro de nuestras condiciones y circunstancias, cómo queremos experimentar nuestras vidas diarias.

2. ¿Qué es para usted ser asistente personal (AP)?

Es una experiencia compartida, una posibilidad de crecimiento y desarrollo personal en grupo, una relación profesional en la que, en interacción con otra persona, formo equipo para facilitar su día a día. Como asistente personal acompaño su relación con el entorno permitiendo a la persona asistida gestionar su vida a voluntad según es su sentir, necesidad y petición de ayuda.

A modo de ilustración diré que la misma persona asistida puede necesitar una intervención diferente de mí según la actividad que estemos realizando, yoga, asistencia domiciliaria, concierto, viaje, terapia...

En ocasiones, sobre todo en los primeros momentos de la nueva situación de vida o de la asistencia, la persona asistida puede no saber qué siente, qué necesita, a quién o cómo pedir ayuda. Ser asistente personal, para mí, engloba estar abierta a todas las posibilidades e intervenir cuidando mi propio sentir, teniendo claro que estamos en una relación de yo-tú.

3. ¿Cuánto tiempo lleva trabajando como AP?

1 año y 4 meses.

4. ¿Cuántas horas semanales trabaja como AP?

Realizo semana sí, semana no, turno de noches con una persona diagnosticada de tetraplejia. Y por las mañanas, entresemana, asisto a una persona con los efectos derivados de una operación de corazón sin diagnóstico específico, por el momento.

5. ¿Trabaja para más de una persona?

Sí.

6. ¿Cuáles considera que son las ventajas y las desventajas de trabajar como AP?

Las ventajas de trabajar como AP:

- Puedo enriquecer mi vida compartiendo la de otra persona. Conozco estilos diferentes de vida, tanto de concebirla como de realizarla.
- Es sencillo acompañar a la persona en su sentir, necesidad y ayudarla en su proceso.
- Puedo elegir si asisto a una persona o no la asisto cuando la conozco.

Las desventajas:

- En ocasiones hay situaciones complicadas de salud o de vida que pueden generar ciertos niveles de stress momentáneos en todos.
- Es difícil encontrar a una persona que te realice un contrato como AP.

7. ¿Qué ha supuesto para usted trabajar como AP?

- Ha supuesto abrirme a un mundo de experiencias nuevas, conocer a personas honradas y buenas, con actitud y perseverancia en su felicidad, aun con los días gruñones y las cosas del destino que a todos/as nos afectan.
- Ha supuesto conocer a MJ, quien el último día que asistí dio su último suspiro y cuya sonrisa me acompaña a menudo y cuyo amor por el mar me recuerda, a menudo, que todos los días son buenos para “respirar la sal del aire” de Valencia.
- Ha supuesto conocer los diferentes modos de hacer y explicar las cosas de las personas que asistes en el domicilio a través de ASPAYM CV y comprobar, una vez más, la capacidad de tolerancia del ser humano hacia lo nuevo.
- Ha supuesto sumergirme en un área fascinante de estudio, la discapacidad física y la terapia Gestalt. (Actualmente realizando la tesina en Terapia Gestalt Integrativa, en la Escuela de Psicoterapia de Valencia, en relación a la discapacidad física).

- Ha supuesto lanzarme a la aventura y organizar un congreso “Lo diverso en la diversidad” junto con Jesús Bañegil y Lillan, formar parte del equipo de voluntarios/as y compartir con los/as ponentes estos días, pues son personas dignas de dar una charla TED por la capacidad de coger la vida en sus corazones y comérsela “de a poquito”, saboreándola con actitud.
- Ha supuesto conocer la visión de Juan sobre la vida independiente y la posibilidad que brinda a las personas de formarse en “asistencia personal para la vida independiente en la diversidad funcional física”.
- Ha supuesto conocer la experiencia de José como paraolímpico y campeón del mundo de ‘boccia’ y, su capacidad de superación en la vida deportiva.
- Ha supuesto ser partícipe del estilo de viaje de Josan, compartiendo mañanas y noches, vivenciando párrafos de su libro “el equilibrista, otra forma de caminar”.
- Ha supuesto darme cuenta, escuchando a Charo, que la sexualidad es algo más que prevención de enfermedades sexuales y patologías, reafirmandome en la parte enriquecedora de la diversidad.
- Ha supuesto aprender inglés, tocar la pequeña guitarra, escuchar historias de Sudáfrica, Finlandia, Australia, Inglaterra y Estados Unidos.
- Ha supuesto acercarme al yoga adaptado de la mano de Arunai, Julio Beltrán y Nilam, experimentar la libertad en el mindfulness con Carlos, probar la posibilidad de intercambiar reiki más allá de la movilidad y la sensibilidad, ampliar la experiencia de terapias manuales en cuerpos diversos.
- Ha supuesto compartir con otras asistentes las experiencias profesionales.
- Ha supuesto conocer, conocerme, ampliar los límites y crecer en consciencia. Mirar más allá de todos los prejuicios y academicismos político-socio-culturales y ser cada día más humana en comunidad. Abrirme a los misterios de la vida. Es decir, disfrutar de la vida independiente cada día un poco más. Y sentir gratitud.

8. ¿Tenía experiencia previa de trabajo con personas con discapacidad?

Sí. Estudié integración social y realicé las prácticas en el programa de garantía social de ASPACE, asociación de personas con parálisis cerebral y afines. Estudié psicología y realicé el ‘practicum’ en el Colegio de Educación Especial Juan Ruiz Jiménez. Trabaje para ASIEM, asociación por la salud integral de la persona con enfermedad mental y he realizado

voluntariado durante más de 5 años en colaboración con diferentes instituciones como IVASS, FEVADIS, Cruz Roja, Psicólogas sin Fronteras.

9. ¿Cuáles son las diferencias más relevantes entre la AP y otros profesionales del sistema de dependencia?

El enfoque en la vida independiente.

10. ¿Se le ha exigido formación para trabajar como AP? Si es que sí, ¿cuál?

No.

11. ¿Considera que se debe exigir formación a los AP?

Considero que es elección de la persona elegir quien quiere que le facilite la vida.

12. ¿Cómo es su relación con la persona usuaria y qué dificultades tienen en la gestión del trabajo diario?

Mi relación con las personas a las que asisto es que nunca las llamo usuarias. Es excelente, si no fuera así, no trabajaría con ellas.

Como he señalado anteriormente, la posibilidad de elegir en libertad “a quien asisto y quien me asiste” es una de las ventajas de la relación de trabajo en la asistencia personal. No he tenido ninguna dificultad significativa en la gestión del día a día, a veces no sé cómo hacer las cosas o como las quieren y pregunto.

13. ¿Y con el entorno de la persona usuaria (familia, amigos...)?

Todas las personas me han tratado con cercanía y cariño.

14. ¿Quién le ha contratado? ¿Y quién es su jefe?

Las personas que han realizado la entrevista y las gestiones, y los pagos son directamente de las personas a las que asisto.

15. ¿Cómo gestiona los imprevistos que suceden en el día a día?

Como gestionaría los mismos en mi día a día o en cualquier trabajo, respirando, sintiendo, compartiendo y enfocándome en la solución.

16. ¿Qué claves consideras que son importantes para ser un buen AP?

Para ser un buen AP, en mi opinión, simplemente tienes que tener en consideración las necesidades de la otra persona, pararte a escuchar cómo necesita y quiere que se hagan las cosas, dejar de lado tu ego (una estructura demasiado rígida de la identidad), y, en la medida de lo posible, ponerte en marcha con una canción bonita en tu ser.

Para ello, para mí es importante tener una mirada emocionalmente inteligente hacia mí misma, valorar mi tiempo, mi espacio, mis límites y cuidarme, incluso durante el mismo horario de trabajo. Parar, respirar, escuchar y comunicar, como en cualquier equipo.

17. Si tuviera delante a los responsables políticos en esta materia, ¿qué les reclamaría?

¿Por qué?

En la actualidad, NADA. No me muevo desde el enfoque de la reclamación a los políticos en la materia, aunque me parece un enfoque valioso e importante y doy las gracias a aquellas personas que en este momento están realizando esa gran labor.

Lo que tengo que compartir, en mi momento presente, lo comparto con las personas a las que asisto, con mis y sus familiares y amigos/as, con los/as profesionales con los/as que interactúo, con las asociaciones con las que colaboro gestando proyectos socio-culturales y poniendo una pequeña gota en el academicismo gestáltico. Y ahora mismo, en esta entrevista.

Es mi sentir y pensar, que nada nuevo tengo que decir a lo que ya haya sido transmitido a la clase política en numerosas ocasiones y por diferentes medios. La OMS y la ONU tienen informes y escritos muy valiosos al respecto, así como las asociaciones, organizaciones e instituciones locales y nacionales representativas del colectivo.

El poder se encuentra en manos del pueblo, aunque parece que este lo ha olvidado. Así que miro hacia el pueblo, nada tengo que reclamar a un político. Todo tengo que compartirlo con las personas.

Si en un momento el/la político/a, en su rol, escucha el sentir y hacer del pueblo, bienvenida sea su participación y si, desde su persona comparte, lo abrazaré, pues entonces habrá recordado que él también es pueblo.

18. ¿Conoces la Convención de la ONU sobre los derechos de las personas con discapacidad y los principios que defiende?

Sí, porque me he documentado para la tesis.