

**LA RIOJA 12 MAYO 2009**

**COMARCAS**

## «Los enfermos sufrimos incompreensión médica y social

M<sup>a</sup> José Ovejas preside la **Asociación de Fibromialgia**, con 150 socios alfareños

M<sup>a</sup> José Ovejas, presidenta de AFERA (Asociación de Fibromialgia y Enfermedades Reumáticas de Alfaro), sufre los 18 puntos de dolor de esta 'incomprendida' enfermedad. Desde enero del 2007 está al frente del colectivo alfareño, que cuenta ahora con 150 socios. Hoy se celebra el Día Mundial de la Fibromialgia y se aprovechará la efeméride para inaugurar, a las 19.30 horas, la nueva sede en una antigua aula del grupo José Elorza.

### - ¿Cuáles son las principales necesidades?

- Hace 15 días nos reunimos con la Defensora del Pueblo para pedirle una unidad multidisciplinar para ser trasladadas allí. Luchamos para ser tratados como enfermos crónicos. Sufrimos contracturas con mucha facilidad y vivimos en un continuo dolor, a lo que se une la incompreensión social y médica. Peregrinamos de consulta en consulta, y, cuando descartan todo, en La Rioja diagnostican 'posible fibromialgia'.

### - ¿Cuántas personas están afectadas y qué aporta la asociación a los enfermos?

- En Alfaro, estaremos unos 30 ó 40 afectados de fibromialgia, el resto son personas que sufren otras enfermedades reumáticas y hay socios colaboradores. La asociación es un desahogo. Se ayuda a la gente a través de charlas informativas, terapias y cursos (risoterapia, técnicas de memoria, reflexología); también tenemos siete camas de gimnasia pasiva, fisioterapeuta y psicóloga. Son muy importantes los ejercicios de relajación y distracción, pero el control psíquico y admitir que tu vida va a cambiar, es lo fundamental. Entre nosotras, podemos hablar el mismo idioma, somos más un grupo de amigas que de socias. Cuando viene alguien nuevo, con los primeros síntomas, le indicamos todo lo que le puede pasar. Queremos evitar el miedo de aquellos a los que todavía no se ha diagnosticado.

### - ¿Con qué apoyos cuentan?

- El Ayuntamiento nos ha proporcionado la sala que inauguramos hoy. Estará abierta de 9.30 a 13 horas. También nos ha dado una subvención. Además, en la CAN, a través de la iniciativa 'Tú eliges, tú decides', vamos a presentar este año nuestro tercer proyecto, para sufragar las terapias del próximo curso.