

**AZNAR, M.: (1995) El equipo de Orientación de A.C.M. en *Revista Mazorca*. Federación de Asociaciones de Celíacos de España. N1 1.**

En la Asociación de Celíacos de Madrid funciona desde hace algo más de un año un Equipo de Orientación psicológica.

Cualquier persona se podría preguntar que sentido tiene dicho equipo, si es que el colectivo celíaco presenta problemas que tienen que ser tratados por psicólogos.

Esta duda se relaciona con que habitualmente cuando estamos hablando de los profesionales de la salud (los psicólogos lo somos de la salud psicológica), pensamos en la salud como un bien que podemos perder, y que los médicos, psicólogos... nos pueden ayudar a recuperar.

No es esta nuestra idea de lo que es salud. Porque en la salud no es que no pasa nada, en la salud hay **conflictos**, dificultades, que forman parte de la misma salud.

Por ejemplo entendemos que es un conflicto normal de la salud física que cuando un chico comienza a ir al colegio o a la escuela infantil, o la primera vez que está en contacto habitual con otros niños coja algún catarro porque el cuerpo está recibiendo y reaccionando ante gérmenes extraños y está aprendiendo a convivir con ellos, posteriormente ya no reaccionará ante esos virus igual y pasados unos meses ya tendrá defensas ante todo eso y no se acatarrará tanto. **Saber esto tranquiliza y permite vivirlo de otra manera.**

Lo mismo sucede en el terreno de la salud psicológica, hay momentos en que pasan cosas: la llegada de un hermano, las biopsias, los primeros días de ir al colegio, o el acabar la E.G.B., la adolescencia, son momentos en los que entender lo que le pasa al chico, saber que es lo que se está jugando para él, va a permitir vivirlo con más tranquilidad y poder hacer algo realmente eficaz.

**Nosotros podemos tener herramientas para cuidar de nuestra propia salud.**

Precisamente nuestro colectivo es un buen ejemplo de ello. Resulta que la enfermedad celíaca no es tal, si la persona que tiene esta condición está lo suficientemente informada e instrumentada acerca de sí mismo, de su cuerpo, del efecto del gluten en su intestino y de las cosas que puede o no comer. Si posee todo ese saber que en principio tienen los médicos resulta que puede ayudar a su salud con toda rotundidad. Esto es prevención.

En el terreno psicológico también podemos estar mejor instrumentados para ocuparnos de nosotros mismos o de nuestros hijos, podemos partir del diagnóstico de un problema que afecta de por vida en algo tan importante como la alimentación a ir incorporándolo a nuestra vida cotidiana de forma que termine siendo una cuestión exclusivamente de comidas diferentes.

Claro que en el camino hay sentimientos acerca de esa cuestión: inquietudes, preocupación por el mismo proceso (como llevará las biopsias siguientes), (qué pasará cuando sea más mayor y yo no pueda estar siempre).. que no minimizamos ni exageramos, pero nuestros años de experiencia en el campo de la prevención y la promoción de la salud, nos muestran como se pueden vivir todas estas cuestiones, con más soltura, más placentemente y además llevarlas a buen puerto.

Este ha sido el hilo conductor en nuestro trabajo durante estos meses. Hemos realizado actividades grupales e individuales pero en todas ellas nos guiaba la meta de transmitir unos criterios y herramientas acerca de la salud psicológica que hiciera dueños de los propios procesos psicológicos, de la misma manera que vamos siendo dueños de nuestro cuerpo, lo que le beneficia, lo que es dañino...

En este tiempo hemos empezado a trabajar poco a poco con aspectos que nos han parecido importantes.

Trabajamos primero con los **informadores** ( voluntarios que reciben al celíaco y/o sus familiares la primera vez que vienen a la asociación, tras un diagnóstico reciente generalmente). Con ellos intercambiamos información: ellos nos transmitieron las inquietudes de los nuevos diagnosticados, su desconcierto y dificultades y nosotros les descubrimos la importante labor de ayuda, no solo informativa, sino de apoyo y comprensión que estaban realizando.

Luego formamos grupos de **recién diagnosticados**. Los agrupamos por edades de los celíacos: hemos visto a padres de niños pequeños (el colectivo más amplio de recién diagnosticados) y realizamos varias entrevistas mensuales, trabajando cuestiones que les son importantes para ese momento del problema. Todos los que han pasado por estos momentos de después del diagnóstico, ya conocen lo complejo que resulta y a lo mejor lo útil y tranquilizador que puede resultar escuchar a otros en las mismas circunstancias y además sacar algunas nuevas reflexiones y criterios acerca de como abordar el presente e incluso el futuro.

En septiembre de 1994 propusimos una tarea para **padres** de celíacos de cualquier edad o celíacos adultos y , aunque contábamos con hacer un grupo de 20 padres, la realidad es que estamos haciendo tres.

Estamos muy satisfechos con la acogida de las tareas, las personas de los grupos valoran las mismas y vamos a seguir trabajando poco a poco, pero cada vez llegando más lejos haciendo promoción de la salud: los adolescentes, los adultos, los que transgreden, los que andan perdidos...

El objetivo de este artículo era mostrar a todas las asociaciones por donde se puede trabajar en un campo de orientación y ayuda y sería nuestro deseo que todas las asociaciones pudieran ir incorporando equipos similares, por eso desde aquí ofrecemos nuestra colaboración a las demás asociaciones para estudiar la puesta en marcha de Equipos de Orientación .