



## *Editorial*

Comenzábamos el año pidiendo colaboración a todos los que pertenecemos a ASPREH, colaborando y compartiendo información, actuaciones, proyectos, y en general todo aquello que pueda ser de interés en el ámbito de la discapacidad visual. Algunas compañeras y compañeros han respondido a esta petición; veréis en la última página del boletín que hacemos referencia a la información que nos aporta una compañera en lo relativo a la noticia de que en la ciudad de León se ha puesto en marcha un sistema de información al pasajero. Agradecemos enormemente esta colaboración, así como las que estamos seguros están por llegar. ASPREH lo conformamos profesionales de distinta procedencia formativa y a buen seguro información como la que se aporta sobre accesibilidad en el transporte público será de interés para la mayoría e incluso menos conocido para algunos de los asociados.

Igualmente queremos agradecer el aumento en el número de personas que han marcado la casilla de “me gusta” en nuestra página de Facebook. Sabéis que en ella encontraréis muchas más noticias relacionadas con la discapacidad visual, de las que aquí solo se aportan unas cuantas. Es además muy importante la difusión que podemos realizar con acciones tan sencillas como esta, pues de modo indirecto estamos dando a conocer este mundo de la discapacidad visual a personas que habitualmente no tienen contacto con el mismo, además de la posibilidad de que otros profesionales se incorporen a esta información. De hecho el número de visitas ha subido de modo importante y creemos que esto es positivo no solo para la difusión y conocimiento de lo que supone la discapacidad visual, sino también, cómo no, para dar a conocer ASPREH y así poder crecer en personas y en experiencias. Insistimos en que se trata de un gesto que nada cuesta y puede aportarnos mucho.

En este número se mencionan algunas noticias relacionadas con la accesibilidad a la telefonía móvil, bien referido a un aparato de uso sencillo, con grandes números y funciones limitadas, bien referido a el acceso a través del teléfono a los prospectos de medicamentos. Esperamos que sigáis enviando noticias como estas, interesantes y útiles en nuestro desarrollo profesional.



### León estrena un sistema pionero de información en los autobuses

Los autobuses urbanos de León se han convertido en un vehículo de comunicación. Plataformas que garantizan la accesibilidad informativa para los invidentes, mediante avisos sonoros, y los sordos, gracias a las pantallas televisivas, dentro del sistema Sicombús, estrenado ayer, que pone a disposición de todos los pasajeros un abanico informativo en el que caben datos sobre la parada actual y sus correspondencias, eventos y monumentos más cercanos, publicidad de los establecimientos próximos, noticias, previsiones meteorológicas y avisos sobre ferias, congresos o exposiciones, todo en tiempo real.

El nuevo canal, que se había colocado de forma piloto en los pasados meses en algunos vehículos de la flota municipal, convierte a León en la primera ciudad en contar con este sistema de información, según resaltó ayer el alcalde, Francisco Fernández, quien insistió en que el proyecto, que ha sido «muy demandado» sobre todo por los colectivos de discapacitados, consigue que la ciudad sea «referente social». Un empeño en el que el Ayuntamiento de la capital leonesa ha invertido 180.000 euros provenientes de los fondos del Plan E del Gobierno.

El sistema cuenta con tecnología de «geolocalización» mediante la cual se pueden «disparar» los contenidos elegidos en «tiempo real», como el paso por una determinada parada, como expuso Tomás Castro, presidente de Proconsi, la empresa leonesa que junto a Icon Multimedia ha desarrollado la herramienta.

En las pantallas también aparecerá un esquema de la situación del trayecto del autobús para favorecer la localización, así como los posibles enlaces que se pueden hacer con otras líneas de transporte urbano; dos datos que se repetirán además por megafonía para que los discapacitados visuales no pierdan información con respecto al resto de los usuarios. «León da otro paso hacia el futuro con este novedoso proyecto que potenciará el transporte público», ensalzó Francisco Fernández, quien comprobó por sí mismo, junto a otros concejales del Ayuntamiento, cómo funciona el sistema Sicombús.

*¡Ahora puedes asociarte a través de nuestra página Web!*

## La Paz, hospital pionero en Europa en nueva técnica para operar la retina

(EFE).- El Hospital Universitario La Paz de Madrid es pionero en Europa en la utilización de una nueva técnica para operar la retina, consistente en usar un instrumento quirúrgico más fino que una aguja de insulina, lo que permite reducir el tiempo de recuperación del paciente a tres días. Según ha informado hoy la Comunidad de Madrid, La Paz es el único hospital de Europa que está desarrollando esta técnica con éxito, tras haber llevado a cabo la extracción de las membranas maculares a doce pacientes en el último año. La nueva técnica consiste en el uso de un instrumento quirúrgico de calibre 27G, más fino que una aguja de insulina, con lo que se reduce "sensiblemente" el tiempo de recuperación del paciente, que en tres días puede estar totalmente recuperado.



El nuevo método se aplica en las operaciones de retina mediante vitrectomía, que consiste en extraer el humor vítreo de un ojo y sustituirlo, generalmente con un gas o líquido. Los jefes de servicio y de la sección de Oftalmología de La Paz, Agustín Fonseca y Félix Armadá, ofrecen el curso "Cirugía en directo 2011" a cerca de un millar de profesionales de 13 hospitales españoles que pueden seguir en directo, por vía satélite e Internet,

Un nuevo estudio sugiere que el fármaco oncológico Avastin podría prevenir la ceguera en los bebés prematuros que nacen antes de que sus ojos estén desarrollados. En el mundo, hay unas 50.000 personas ciegas por esa condición, llamada retinopatía del prematuro, entre ellas el cantante Stevie Wonder. El estudio, publicado en The New England Journal of Medicine, demostró que una inyección de Avastin en los ojos de prematuros previno mejor la ceguera que la cirugía con láser, que es el tratamiento estandarizado cuando aparecen signos de la enfermedad. Aun así, se necesitan más estudios para probar la seguridad de las inyecciones.

## Fármaco oncológico podría prevenir la ceguera en prematuros

Para tratar a los bebés hay que anestesiar los ojos e inyectar este fármaco económico en cada ojo. Eso "demora unos segundos", dijo la doctora Helen Mintz-Hittner, del Centro de Ciencias de la Salud de University of Texas en Houston. En cambio, en la cirugía con láser se usan equipos especiales y se usa sedación y un tubo de respiración. El estudio incluyó a 150 prematuros, que al azar recibieron tratamiento oftalmológico con Avastin o láser. Todos tenían un daño avanzado en la zona de la retina más próxima al nervio óptico, que transporta la información visual al cerebro. El 6 por ciento de los 75 bebés tratados con Avastin y retinopatía en el área más próxima al nervio óptico sufrió una recurrencia de la enfermedad, a diferencia del 42 por ciento del grupo tratado con láser. Mientras que la cirugía con láser destruye los vasos que irrigan la visión periférica, las inyecciones permiten que sigan creciendo hacia la retina periférica, concluyó el equipo de Mintz-Hittner. "El momento de la aplicación es crítico", apuntó. Adelantarse interferiría con el crecimiento de los vasos sanguíneos, mientras que demorarse permitiría que avance el daño en la retina. FUENTE: New England Journal of Medicine, online 16 de febrero del 2011

## Las mujeres con sobrepeso corren menos riesgo de sufrir glaucoma

Las mujeres mayores con sobrepeso serían menos propensas que sus pares más delgadas a desarrollar glaucoma, una enfermedad que causa ceguera. Un equipo halló entre casi 4.000 adultas de Holanda, estudiadas durante una década, que aquellas con más peso tenían menos posibilidad de que se les diagnostique glaucoma de ángulo abierto. Esa relación no fue tan evidente en los hombres.

El glaucoma de ángulo abierto es el más común y aparece cuando la acumulación de líquido eleva la presión ocular, lo que daña el nervio óptico que une el ojo con el cerebro. El nuevo hallazgo, publicado en Archives of Ophthalmology, parecería ilógico, ya que la obesidad tendría que elevar la presión ocular. Y, de hecho, las participantes con sobrepeso y obesidad tenían presión intraocular más alta que el resto. El equipo opina que es posible que la grasa extra tenga algún efecto protector en las mujeres que ayuda a reducir el riesgo de desarrollar glaucoma. Esto no quiere decir que las mujeres deban engordar para prevenir la enfermedad.



Lo mejor para evitar la pérdida visual que causa el glaucoma son los controles oftalmológicos regulares, y si se detecta el glaucoma, el tratamiento precoz, afirmó el doctor Johannes R. Vingerling, del Centro Médico Erasmus en Rotterdam, Holanda, y coautor del estudio. "La mejor terapia es bajar la presión intraocular", dijo a Reuters Health. Eso se logra con gotas oftalmológicas o cirugía.

Los exámenes oculares son especialmente importantes para el grupo de riesgo, que incluye a los mayores de 60 años, las personas con antecedentes familiares de glaucoma y, en Estados Unidos, los afroamericanos y la población con ascendencia mexicana. El equipo de Vingerling siguió a 3.939 mayores de 55 años sin glaucoma. En 10 años, menos del 3 por ciento desarrolló glaucoma de ángulo abierto.

Pero en las mujeres, cada unidad extra en el índice de masa corporal (IMC) estaba asociada con un 7 por ciento menos de riesgo de desarrollar glaucoma. Cada unidad extra de IMC equivale a unos 2,7 kilogramos más de peso en una mujer de altura y peso promedio. No se identificó la influencia de otros factores del estilo de vida, como el tabaquismo o el consumo de alcohol, en el riesgo de desarrollar glaucoma. Tampoco influyó el nivel de ingresos. Los resultados no prueban que los kilos de más protejan a las mujeres. Pero el equipo opina que podría ser que el aumento del nivel de estrógeno tenga algún beneficio en las mujeres con más grasa corporal. Los resultados respaldan un estudio de Estados Unidos publicado en agosto último y que fue el primero en demostrar una relación entre el IMC elevado y un menor riesgo de glaucoma en las mujeres.

No obstante, aun se desconoce la causa de esa asociación, apuntó Louis Pasquale, de la Escuela de Medicina de Harvard, y que dirigió ese estudio. "Hasta que podamos descubrir esos mecanismos, no se puede recomendar un peso ideal para prevenir el glaucoma", dijo Pasquale a Reuters Health.

¡Ahora puedes asociarte a través de nuestra página Web!

### Teléfono móvil para mayores de venta en farmacias



Orange anuncia el lanzamiento de un nuevo móvil dirigido a mayores que, por primera vez en España, se distribuirá exclusivamente en farmacias. Con este lanzamiento, Orange da un paso importante en su objetivo de atender las demandas del segmento senior en lo que a telefonía móvil se refiere, un colectivo creciente que necesita productos con características de usabilidad muy específicas que, hasta ahora, no hallaban respuesta adecuada en el mercado. El móvil cuenta con un diseño ligero, discreto e intuitivo, teclado con voz, pantalla grande y volumen ajustable. Además, este modelo *Esencial de Orange* ofrece las funcionalidades más demandadas por las personas mayores: llamadas, SMS, radio FM, linterna y botón de emergencia. El botón de emergencia es la prestación más singular y diferencial de este modelo; una apuesta por la seguridad y la tranquilidad de las personas mayores y de sus familiares. En caso de necesidad, con sólo deslizar este botón se activará el modo emergencia alertando automáticamente, mediante llamadas y SMS, a los familiares y/o a los servicios de atención 112. Además, emitirá una fuerte alarma sonora que alertará al entorno próximo de la situación de emergencia. Este móvil Esencial de Orange tiene un precio de 39 euros, con número de línea, tarjeta Sim y batería insertadas y con saldo de inicio de 12 euros. El saldo se podrá recargar mediante todos los sistemas de recarga que ofrece Orange desde 5 euros. Además, permite elegir entre las tarifas y opciones de ahorro de tarjeta que mejor se adapten al cliente.

### Vodafone facilita a las personas con discapacidad el acceso a los prospectos digitales de los medicamentos

Vodafone ha presentado en el Mobile World Congress de Barcelona una aplicación que facilita a las personas con discapacidad el acceso a la versión digital de los prospectos de los medicamentos en el teléfono móvil.

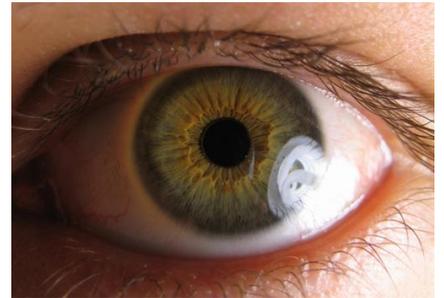
Esta aplicación, diseñada especialmente para las personas con discapacidades visuales o motoras y para los mayores, facilita la accesibilidad de los prospectos ya que permite que el teléfono móvil los lea para las personas ciegas o que lo muestre con caracteres mayores o en alto contraste. Para acceder al prospecto digital, el usuario sólo tendrá que captar con la cámara del móvil el código de barras del medicamento o un código bidimensional (Bidi) y automáticamente recibirá en el teléfono la versión digital del prospecto. Además, en el caso de los códigos Bidi, que gracias a la colaboración de la industria farmacéutica se irán incorporando a las cajas de los medicamentos, será posible incluir también la fecha de caducidad del producto. Asimismo, las cajas vendrán preparadas para facilitar a las personas con discapacidad visual captar con la cámara los códigos, mediante una señal en el envoltorio que marcará la ubicación de estas imágenes. El programa se ha desarrollado con la colaboración de la Fundación ONCE, del Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad (Cermi) y del Centro de Referencia Estatal de Autonomía Personal y Ayudas Técnicas (Ceapat)

**¡Ahora puedes asociarte a través de nuestra página Web!**

[http://www.aspreh.org/Web\\_ASPREH/Asociarse.html](http://www.aspreh.org/Web_ASPREH/Asociarse.html)

**La polución puede provocar inflamaciones oculares y acelerar la formación de cataratas**

La contaminación del aire que se está detectando estos días en algunas ciudades como Madrid y Barcelona puede favorecer la aparición de algunas enfermedades oculares inflamatorias y acelerar la formación de cataratas, ya que los ojos también sufren las consecuencias de la polución originada por la concentración del humo de coches y autobuses, los compuestos químicos de las fábricas e industrias, el polvo y el polen, entre otros. Así lo ha asegurado el doctor Sergio Ares, oftalmólogo de Clínica Baviera, quien reconoce que "esa niebla que se forma en zonas urbanas, densamente pobladas y con altos niveles de contaminación atmosférica cuando no llueve ni hace aire durante varios días puede provocar irritación en los ojos, ardor, enrojecimiento y lagrimeo". La inflamación, según este experto, puede persistir hasta 18 horas tras la exposición a las sustancias químicas, aunque "los síntomas suelen desaparecer cuando mejora la calidad del aire", apunta este especialista. En casos extremos en los que el paciente es especialmente sensible, si ha estado expuesto a los agentes contaminantes durante mucho tiempo o en los que la concentración de estas sustancias excede los niveles permitidos, se detecta también la formación prematura o agravamiento de las cataratas (opacidad total o parcial del cristalino). Del mismo modo, junto a estos "efectos directos", dicha niebla también hace que disminuya la visibilidad, "lo que puede provocar que se incrementen los accidentes de tráfico", advierte el doctor Ares. Para prevenir estas dolencias, los especialistas de Clínica Baviera recomiendan el uso de gafas de sol con filtro UV y el empleo lubricantes oftalmológicos que deben ser prescritos por un especialista.



**La ONCE adaptará más de 10.000 obras de la editorial Cambridge University**

La ONCE adaptará y proporcionará más de 10.000 obras del fondo bibliográfico de la editorial Cambridge University Press y todas sus novedades publicadas cada cuatrimestre a las personas con discapacidad visual. La adaptación de los libros se realizará en sistema braille, sonoro y relieve e incluirá una mejor presentación de los textos, mediante la agregación de marcas estructurales, descripciones de figuras y formateado en braille, según ha informado la organización. Así, los beneficiarios, personas ciegas y con deficiencia visual grave afiliadas a la ONCE, podrán acceder a los libros de forma gratuita o por un precio que, como máximo, cubrirá el coste de la adaptación.

La ONCE y la editorial garantizan el cumplimiento de la Ley de Propiedad Intelectual durante el proceso de transcripción de los libros y su uso posterior



## Los deportes de nieve exigen proteger los ojos de la radiación solar

Con la llegada de la nieve, el Colegio de Óptico-Optometristas de Andalucía, Ceuta y Melilla recuerda que la falta de protección de la visión durante la práctica de deportes de nieve, como esquí, snowboard o patinaje sobre hielo, puede producir la denominada ceguera de la nieve. Según Blanca Fernández, presidenta del Colegio, se trata de "una inflamación del tejido que cubre el blanco del ojo y la parte interior de los párpados (oftalmía), y de la córnea (queratitis).



Este problema suele afectar a alrededor del 20% de los usuarios que practican actividades en la nieve". Asimismo, explica que la luz del sol, al reflejarse en la nieve, hace que estemos expuestos a una gran cantidad de radiación ultravioleta. Una importante penetración de esta nociva radiación podría producir la conocida ceguera de la nieve.

## IU pide que se garantice el voto secreto de los invidentes en las municipales

Izquierda Unida de la Comunidad de Madrid (IU-CM) ha presentado una moción en todos los ayuntamientos de la región para pedir al Gobierno un procedimiento que garantice el secreto de voto de las personas con discapacidad visual en las elecciones municipales del próximo 22 de mayo. Según la secretaria de Política Municipal de IU-CM, Pepa Merin, así se ha hecho en otros procedimientos electorales, en cumplimiento de la Constitución

Española. La dirigente de IU ha recordado que hasta las elecciones generales de 2008 las personas con discapacidad visual no podían ejercer su derecho al voto de forma autónoma y secreta, y que la Ley Electoral les obligaba a servirse de "una persona de confianza" para escoger papeleta e introducirla en el sobre de la votación. Sin embargo, desde el año 2004, un grupo de invidentes integrados en la Asociación Catalana para la Integración del Ciego (ACIC) reivindicaron el establecimiento de un sistema que garantizase a este colectivo, mediante el uso del braille, el secreto y la autonomía en el ejercicio del voto, como ocurría en otros países como Suecia, Alemania, El Salvador, Bolivia y Costa Rica.

Tras recoger 21.011 firmas y registrarlas en el Congreso de los Diputados, aprobarse varias proposiciones no de ley en Andalucía, Valencia y en la Cámara Baja, y presentarse reclamaciones ante las juntas electorales, el Defensor del Pueblo y los tribunales, en octubre de 2007 se aprobó una reforma de la Ley electoral que garantizó el voto secreto de los ciegos. Así, la Ley Electoral en su artículo 87.2 autoriza al Gobierno central a regular un procedimiento que garantice el secreto del voto a las personas con discapacidad visual en todos los procesos electorales, lo que permitió "votar secretamente por primera vez en la historia democrática a 1.623 personas en las elecciones generales de marzo de 2008", según IU.



No obstante, el Real Decreto 1612/2007 que estableció este procedimiento de voto desarrolló parcialmente el mandato legal y excluyó expresamente de su regulación las elecciones municipales, que quedaron a regulación posterior condicionada a la evaluación por parte del Gobierno del funcionamiento del sistema recién implantado, explica Pepa Merin en un comunicado. "Si no se regula el procedimiento de voto accesible en las elecciones municipales, se producirá una vulneración de la Ley Electoral y del derecho fundamental al voto secreto y autónomo, y una grave discriminación de las personas con discapacidad visual", argumenta Merin.



**Los discapacitados demandan que los veladores se señalicen y sean accesibles**

Los veladores resultan en muchos casos un obstáculo para las personas que transitan por la vía pública, pero mucho más para aquellas que tienen alguna discapacidad física. Aunque la nueva ordenanza municipal que regula esta actividad pone orden en los veladores, el colectivo de discapacitados físicos cree que se pueden incorporar medidas más concisas para mejorar la accesibilidad en las terrazas.



Por ello, la asociación para la atención y la integración de las personas con discapacidad física de Extremadura, Apamex, presentó ayer en el ayuntamiento una decena de alegaciones a la ordenanza reguladora que se aprobó inicialmente el pasado mes de enero por el pleno municipal y el día 20 se publicó en el Boletín Oficial de la Provincia (BOP) el anuncio de su exposición al público y la apertura de un plazo de 30 días para la presentación de alegaciones.

Aunque en general "es una ordenanza muy correcta y muy trabajada", según explicó Gema Romero, técnico de accesibilidad en Apamex, se pretende aportar algunas mejoras, como el hecho de que se delimiten perimetralmente con vallas, maceteros u otros elementos, el espacio que ocupan los veladores cuando se altere un itinerario peatonal.

Con ello se busca "facilitar la orientación de las personas con discapacidad visual, que podrán tocar con su bastón los elementos que separan la terraza del resto de la acera", señal

**Sólo el 3,9% de los españoles usan lentes de contacto**

Sólo el 3,9 por ciento de los españoles usan lentes de contacto, mucho menos que en otros países de la Unión Europea, según asegura el Consejo General de Colegios de Ópticos-



Optometristas, que atribuye estos resultados a la falta de información y a la creencia en falsos mitos que proliferan entre la sociedad española. Pese a estar indicadas para la corrección de los defectos refractivos como la miopía, la hipermetropía y el astigmatismo, las lentes de contacto, son sólo utilizadas por una pequeña parte de los españoles que sufren estos trastornos. Una cifra "muy inferior" a países del entorno europeo, como Reino Unido (7,1 por ciento), Suiza (6,9 por ciento), Italia (4,45 por ciento) o Francia (4,2 por ciento).

En este sentido, los profesionales de la visión recuerdan que, hoy en día, las lentes de contacto ofrecen un abanico de posibilidades que cubren casi la totalidad de correcciones visuales, incluyendo vista cansada, visión de lejos y astigmatismo. Señala además que, con los últimos avances técnicos y los nuevos materiales biocompatibles, es "prácticamente imposible" que causen incomodidad. "Las lentes de contacto son productos sanitarios que requieren una adaptación individualizada y personalizada por parte de un óptico-optometrista", explica el presidente del consejo, Juan Carlos Martínez Moral Además, que advierte de la necesidad de seguir unas pautas para su manejo y conservación.

**Todas las noticias que aparecen en este Boletín están desarrolladas en nuestro espacio en FACEBOOK**

Nuestra compañera **Esther Gallego**, nos hace llegar la siguiente información relativa a la instalación de un sistema de información en los autobuses de León. Acudieron a la presentación del **SICOMBUS** (Sistema Comunicación en Autobuses/[www.sicombus.com](http://www.sicombus.com)). En realidad el primer autobús que correspondía a la Línea 7 de la empresa ALESA (Autobuses Urbanos de León) se puso en marcha en plan experimental hace más de dos años. Tras la valoración de su accesibilidad y propusieron dos cosas fundamentales que las han cumplido:

Una, modificar la ubicación de la pantalla que estaba situada detrás del asiento del conductor y que provocaba una gran cantidad de reflejos, por la proximidad de la ventana. Se han colocado, como les sugirieron, dos pantallas TFT, en direcciones opuestas, centradas y en posición superior, dentro del pasillo central de la cabina que se pueden visualizar desde cualquier punto del autobús

Dos, la señalización con mayor contraste de los peldaños, barras y pulsadores de todo el autobús. También la han cumplido. Resaltar que este esfuerzo del Ayuntamiento de León ha contado con el diseño tecnológico de dos empresas de Castilla y León. Una es la empresa leonesa Proconsi (que cuenta en plantilla con un programador informático ciego) y la otra, es la palentina Icon Multimedia.

En el turno de preguntas de ayer en el Salón de los Reyes (Ayto. León) nuestra compañera manifestó, como profesional que trabaja en el área de OYM de las personas ciegas y deficientes visuales y, un poco como portavoz de todos vosotros, la relevancia del uso de una información visual funcional (no sólo auditiva), dado el alto porcentaje de usuarios con problemas graves de visión. Y también hizo hincapié en que, después de haberlo probado con personas con discapacidad visual directamente, su valoración era muy positiva no sólo por lo que facilita la accesibilidad de las personas con algún tipo de discapacidad sino también porque este tipo de acciones facilitan a cualquier ciudadano con movilidad reducida su acceso al mundo de la cultura.

Agradecemos a Esther Gallego su aportación y también que nos la haya transmitido y compartido con Aspreh. Enhorabuena por tu trabajo.



*¡Ahora puedes asociarte a través de nuestra página Web!*