asociación de ostomizados ostomizatuen elkartea

argia

nº 9 • Diciembre 2009

Homenaje al Dr. Bienvenido Díaz

Sumario **Aurkibidea**

LA ASOCIACIÓN **ELKARTEA**

4-5 Día Internacional del Ostomizado

6 Argia, en el Día Mundial del Ostomizado en Madrid

7 Asamblea General Ordinaria 2009

ACTIVIDADES **JARDUERAK**

8-9 Excursión a La Rioja

10 Camino de Santiago para ostomizados

ENTREVISTA **ELKARRIZKETA**

11-13 Entrevista y Homenaje al Dr. Díaz

14-15 Raquel García Cendón, estomaterapeuta

16-17 Consultas de Estomaterapia

EXPERIENCIAS **ESPERIENTZIAK**

18-19 La irrigación, desde una experiencia personal

20-21 Ostomía: Cuando los caminos cambian

22 II Concurso de Fotografía

23 Argia asume la presidencia de Fekoor

Revista editada por Asociación de Ostomizados de Bizkaia Argia

Junta Directiva: Yolanda de la Hoz Centeno *(Presidenta)*, Silvia Gómez Fernández *(Vicepresidenta)*, Mª Carmen Mrtz. de Mendíbil Sanz *(Secretaria)*, Juan José Calvo Villegas *(Tesorero)*, Iñaki Ansoleaga Deusto *(Vocal)*, Karmele Gómez Ferrero *(Vocal)*

Coordinación y diseño: ST3 Elkartea

Impresión: Berekintza

D.L.: BI-000-00

argia
asociación de ostomizados
ostomizatuen elkartea

Doctor Areilza 36, Esc. Int. Izd 1º I
48010 **Bilbao** (Bizkaia)
Tel. **944 394 760**
correo@ostomizadosargia.com
www.ostomizadosargia.com

Laguntzaileak Colaboran:

bbk

BFA DFB Bizkaiko Foru Aldundia Diputación Foral de Bizkaia

Bilbao

EUSKO JAURLARITZA GOBIERNO VASCO

Editoriala

Tras más de 22 años de trabajo desde el voluntariado, el Dr. Bienvenido Díaz, socio fundador de ARGIA, deja sus responsabilidades al frente de la Asociación para disfrutar de un más que merecido descanso.

A lo largo de todo este tiempo, además de desarrollar una brillante carrera profesional en su especialidad, ha dado muestras de tener una verdadera vocación de servicio a los demás, prestando un impagable apoyo a las personas ostomizadas en Bizkaia.

Tras fundar la asociación, el Dr. Díaz puso en marcha y se hizo cargo del servicio de atención médica personalizado que ofrece ARGIA y que atiende alrededor de 900 consultas (presenciales y telefónicas) al año. Un trabajo que le ha granjeado el respeto y el cariño de sus pacientes por su compromiso y su contribución a la mejora de la calidad de vida del colectivo de ostomizados.

En 1987, y viendo el sufrimiento, tanto físico como psicológico, que implicaba que a una persona se le realizase una ostomía, funda nuestra asociación ARGIA, desde donde de una forma precaria comienza a atender a aquellas personas que necesitan ayuda. Paralelamente, incorpora la atención educativa y psicológica, que quedaba al margen de los tratamientos tradicionales. Es uno de los cirujanos pioneros de todo el Estado en ocuparse no sólo del plano físico, sino también del estado emocional de las personas con ostomía, iniciándolas en el manejo del material adecuado, es decir, discos, bolsas, cremas, adhesivos y un largo etc. y para eso se necesita tiempo, adecuación de materiales, enseñanza individualizada y sobre todo una inmensa paciencia.

Durante todos estos años, el Dr. Díaz ha dado calidad de vida a más de 1900 ostomizados. Unas personas que teníamos una mala perspectiva social, abocadas a la desesperación y a una ansiedad que comprometía nuestro desarrollo personal. En el plano de la atención emocional, a lo largo de todos estos años, nos ha enseñado a valorarnos más como personas, a seguir viviendo, a liberar nuestra mente de muchos fantasmas que nos hacían la vida diaria imposible, y a querernos un poco más.

La solidaridad y el compromiso del Dr. Díaz no tiene fronteras. Movido por su entrega y preocupado por los problemas que tienen las personas que conviven con una ostomía en los países con menos medios sanitarios, viaja a Panamá en 1996 durante sus vacaciones. Allí se reúne con un grupo de cirujanos y urólogos, y empieza por dar cursos sobre ostomías a un grupo de 100 enfermeras provenientes de todo el país. Actualmente existe la Fundación de Ostomizados de Panamá, y podemos decir que el Dr. Díaz fue el gestor de un sueño que ha acabado en realidad. En la actualidad sigue colaborando con esta Fundación enviando el material necesario. Sin duda, ha contribuido a cambiar la vida a muchas personas. Una labor anónima y altruista.

Desde estas líneas, querido Bienvenido, toda tu Asociación te agradece los años que nos has dedicado. De todo corazón. ARGIA.

Yolanda de la Hoz-Presidenta

Bienvenido Díaz doktorea , ARGIA ko bazkide eratzaileak, bere erantzukizunei amaiera emango die, merezimendu osoz atsedenaldia hartzeko, 22 urtez baino gehiago lan egin ondoren.

Denboraldi luze honen ostean, bere arloan, ikasketa ezinhobeak jorratuz aparte, Bizkaiko pertsona ostomizatuei ordainezinezko laguntza eman eta gero, besteei laguntzeko bokazio izugarria erakutsi du.

Elkartea eratuz gero, Díaz doktoreak ARGIAko osasun laguntzaren kargu egin zan. Urtero laguntza honek 900 kontsulta inguruz arduratzen da, pertsonalki zein telefonoz, bere gaixoen begirunea sustatuz, ostomizatuen bizi- kalitatea hobetu ahala.

1987. urtean, ostomia batek eragin dezaken sufrimendu sikologiko zein físikoaz ohartuta , gure gaur egungo ARGIA elkartea sortu zuen, non, baliabide handirik gabe, lehenengo gaixoei laguntza eskeintzen hasi zitzaien. Aldi berean bai hezkuntza zein psikologia landu zuen, ohiko tratamenduetan at geratzen zena ordurarte. Espainiar estatuko zirujauetako aitzindaria izan zen ez bakarrik físiko arloan, baita ere ostomizatutako gaixoen pertsonal esparruaz arduratzen zen, eta eurei hezitzen nola erabili beharko duten materiala, hau da, diskoar, poltsak, kremak, eransgarriak, eta abar... Eta hortarako denbora, materialen egokitasuna, bakarnako heziketa eta batez ere pairamen mugagabea behar da.

Urte hauetan zehar, Díaz doktoreak 1900 gaixo baino gehiagori bizi-kalitate emon die. Gizartearekiko perspektiba galdutako pertsonak ginen, porrot egindakoak, eta gure garapen pertsonala ekiditen zuen antsietatearekin. Urte guzti hauetan, arlo pertsonalean, gure burua baloratzen, bizitzen jarraitzen, gure gogoa mamuetatik libratzen eta gu geu apur bat gehiago maitatzen irakatsi digu doktoreak.

Diaz doktorearten elkartasuna eta kompromesua ez dute mugarik. Bere kemena bultzatuta eta nola herrialde pobreenetan ostomizatuak duten larritasunak ikusita, Panamará joan zen bere 1996-ko oporretan. Han zirujao eta urologo talde batekin batzen da eta ikastaroak emoten hasten da 100 herrialdeko leku guztietatik etorritako erizain talde bati. Panamako ostomizatuen erakundea dugu gaur egun, eta Díaz doktorea dugu egi bihurtutako amets honen sustatzailetariko bat. Orainaldian erakunde honek bere lana darrai materiala bialtzen behar duten pertsonei. Inongo duda barik esan dezakegu doktoreak pertsona askoren bizimodua aldatu duela. Lan anonimoa eta altruista.

Lerro honetakoak, Bienvenido agurgarria, zure elkarte guztiak eskerrak emon nahi dizu guri eskainitako urte guzti hauengatik. Bihotz- bihotzez. ARGIA.

Yolanda de la Hoz-Presidenta

Día Internacional del Ostomizado

Durante el Día del Ostomizado, el 7 de Octubre de 2009, ARGIA repartió 6000 folletos explicativos en los hospitales de Basurto, Cruces, Galdakao y San Eloy.

El tiempo pasa muy rápido y un año más los socios y socias de ARGIA hemos podido conmemorar el pasado 7 de Octubre el Día Internacional del Ostomizado, este año bajo el lema "SI QUEREMOS... PODEMOS - NAHI BADUGU... AHAL DUGU".

ARGIA celebró con diversos actos este día, siendo quizá el más importante nuestra presencia en los hospitales. Se instalaron mesas informativas en el hospital de Basurto, Cruces, San Eloy y Galdakao, todos ellos atendidos por personas voluntarias de la Asociación.

Mesa informativa en el Hospital de Galdakao

Voluntariado de Argia en el Hospital de Basurto

Nuestro principal objetivo es darnos a conocer. Somos un colectivo muy poco conocido y nuestra definición "OSTOMIZADOS", muy pocas personas conocen su significado, debes explicarles que son enfermos que necesitan de una bolsa, para recoger las heces.

Comida de hermandad

El día fue fructífero, se repartieron 6.000 folletos explicativos, revistas, Guías del Ostomizado, y todo el material que se encuentra en nuestra Asociación y del que disponemos para el público en general, para el mejor conocimiento de nuestra enfermedad.

Nuestro principal objetivo es darnos a conocer, ya que muy pocas personas conocen el significado de la palabra ostomizado

Al cierre de las mesas informativas todos las personas voluntarias nos reunimos en una comida de hermandad, para cambiar impresiones, sobre las distintas incidencias que se habían suscitado en cada una de las mesas.

El día siguió con una agradable merienda para todos los socios, en la sede de Bolunta, donde el principal ingrediente fue la camaradería, a la que siguieron los saludos, sonrisas, chascarrillos y comentarios sobre el verano recién terminado.

La jornada acabó con el segundo concurso fotográfico, donde se presentaron unas sesenta fotografías, de tema libre, realizadas por nuestros socios y familiares.

Argia, presente en los actos del Día Mundial del Ostomizado en Madrid

Silvia Gómez, vicepresidenta de Argia y Tesorera de Fedao, asistió en nombre de nuestra asociación al congreso que tuvo lugar en Madrid el 29 de septiembre de 2009, para conmemorar el Día Mundial del Ostomizado. Dicho congreso se desarrolló en el Ministerio de Sanidad con la presencia de personal sanitario (médicos y ats), firmas comerciales, así como representantes de ostomizados y familiares.

El Congreso se celebró en el Salón de Actos "Ernest Lluch" del Ministerio de Sanidad y Política Social, en el Paseo del Prado de Madrid y la inauguración la realizaron el director General de la Agencia de Calidad del Sistema Nacional de Salud, Pablo Rivero Corte, y el Presidente de la Federación Española de Asociaciones de Ostomizados (FEDAO) y de la asociación de ostomizados de Madrid (AOMA), Eugenio de Lucas Marejil.

A continuación, Héctor Ortiz Hurtado, Doctor en Medicina, Jefe del Servicio de Cirugía General y Digestivo del Hospital Virgen del Camino de Pamplona abordó "Los estomas en la cirugía. La introducción de la estomaterapia en España". Luego Joan Martí Ragué, Cirujano General y del aparato digestivo, especialista en Coloproctología, Jefe de la Unidad de Cirugía del Institut J. Martí Ragué – A. Sáenz presentó la "Historia de la Ostomía".

Dos conferencias más se desarrollaron en la intensa jornada. Ana María González Buenadicha, Diplomada Universitaria en enfermería, experta en Estomaterapia por la Universidad de Navarra, Presidente de la Sociedad Española de Enfermería Experta en Estomaterapia (SEDE) trató "La Estomaterapia en la actualidad", mientras que Pilar Montiel Llorente, Ostomizada, Secretaria de la Federación Española de Asociaciones de Ostomizados (FEDAO) y miembro de la Asociación de Ostomizados de Madrid (AOMA) puso la parte más personal con "Vivir con una ostomía. Experiencias de una ostomizada".

Una serie de ruegos y preguntas precedieron a la clausura del interesante Congreso.

Asamblea General Ordinaria 2009

Con la asistencia de 29 asambleístas y 5 componentes de la junta, a las 18h. del día 11 de junio de 2009 dio comienzo la sesión de la Asamblea Extraordinaria de ARGIA, con los siguientes puntos:

1. **Lectura y aprobación**, si procede, del acta de la reunión anterior. La secretaria dio lectura al acta de la reunión anterior que fue aprobada por unanimidad.
2. **Memoria 2008**. Aprobación, Gastos e Ingresos del año 2008. La secretaria dio lectura de la Memoria 2008 que fue aprobada por unanimidad. El tesorero informó del desarrollo económico de los programas y presentó el estado de cuentas 2008. Se aprobaron por unanimidad. Se entregó documentación.
3. **Proyectos 2009**. La vicepresidenta dio lectura de los proyectos 2009, que fueron aprobados por unanimidad. Se entregó documentación.
4. **Asuntos de Interés**. Moderados por la presidenta, se atendieron los siguientes asuntos:

   4.1 Fekoor. Se comunicó, por parte de Iñaki Ansoleaga, vocal de ARGIA, cómo este año 2009 asumiría el cargo de presidente de Fekoor, cargo que desempeña por corresponder a ARGIA, como miembro de la coordinadora, la presidencia.

   4.2 Voluntariado. Se comentó la necesidad de que nuestra asociación disponga de mayor número de voluntarios. Se pidió colaboración.

   4.3 Socios. El tesorero comentó la necesidad de proceder a dar baja administrativa a los socios cuya cuota de asociado no haya sido abonada en dos años. Realizada una votación bajo el lema "Dar de baja administrativa a los socios cuya morosidad sea de 2 años o superior " los asambleístas acordaron, por unanimidad, previo envío de carta comunicando dicha decisión, que así fuera.

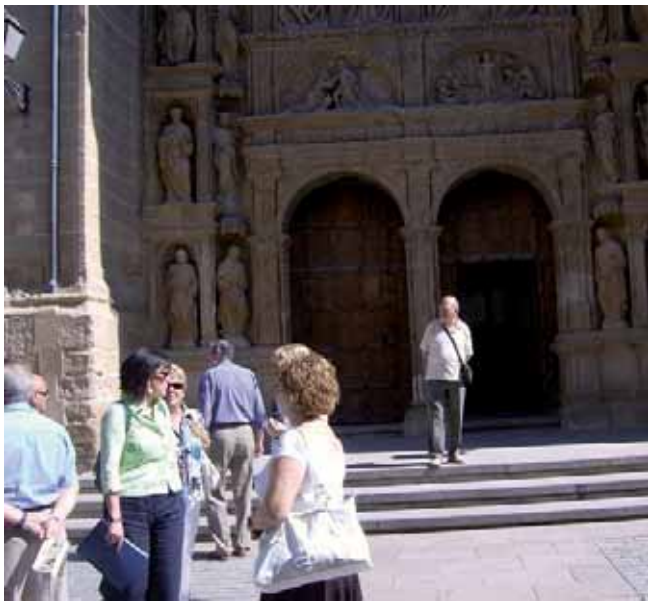
   4.4 Estatutos. La secretaria informó cómo no había sido posible el cambio de denominación de nuestra asociación y cómo nos debemos adaptar a la ley de asociaciones de julio de 2007. Los asambleístas acuerdan facultar a la junta directiva para la elaboración de nuevos estatutos cuyo borrador deberá ser puesto a disposición de los socios para sus alegaciones, antes de llevarlos definitivamente a su aprobación.

   4.5 Se comunicó a los asambleístas la oferta de la fundación ConvaTec para hacer, en setiembre, el Camino de Santiago. Se facilitó hoja de solicitud.

   4.6 Se informa de las entidades públicas y privadas que colaboran económicamente con Argia.

   4.7 Desde Fekoor se ofrece soporte informativo.

   4.8 Se agradece la colaboración de los laboratorios, que han participado con obsequios para los asambleístas.
5. **Ruegos y preguntas**. Con lo expuesto en los puntos anteriores y resueltas las consultas efectuadas en su momento por algunos asambleístas, no hubo ruegos y preguntas. No habiendo más asuntos que tratar, se levantó la sesión a las 19:30 horas del once de junio de dos mil nueve.



Dos imágenes de la visita a los monumentos de Haro

Excursión a La Rioja

El pasado 3 de Junio, un soleado día, a finales de primavera, un grupo de socios de ARGIA partimos rumbo a tierras riojanas para pasar un bonito día de excursión, pero sobre todo para reforzar los lazos de convivencia que deben existir entre todos los asociados.

Partimos de Bilbao hacia la ciudad de Haro para visitar allí sus numerosos monumentos, plasmados en varios palacios y basílicas, por todo ello ha sido declarada Conjunto histórico-artístico.

Nos detuvimos en la iglesia Parroquial de Santo Tomás. En el interior destaca el Retablo Mayor de estilo Barroco. La portada principal bajo arco está concebida como retablo, y bajo él, nos hicimos una foto de familia.

Después de pasear por la calles de la ciudad, y reponer fuerzas, con sus inmejorables vinos y pintxos, partimos hacia Briones para visitar el Museo del Vino.

A las puertas del Museo del Vino

Su visita duró unas dos horas. Ya desde fuera impresiona, el viajero no espera encontrar el recinto en el corazón de los viñedos y de la bodega, en un entorno paisajístico e histórico singular de La Rioja Alta.

El Museo ofrece la posibilidad de descubrir un mundo apasionante, bien explicado en el vídeo con el que se acoge al visitante, la magia de la elaboración del vino. Recorriendo sus diversas estancias asistimos a todo el proceso de elaboración, desde la recogida de la uva hasta que una vez embotellado se hace presente en nuestras mesas.

Los componentes de ARGIA salimos gratamente sorprendidos por la visita realizada, poniendo rumbo hacia Nájera, donde estaba prevista una comida de hermandad.

La comida típica riojana transcurrió en un ambiente de camaradería inigualable, comentando todo lo visto hasta ese momento y pasando un rato realmente agradable, terminando con un improvisado coro, que "atacó" el repertorio tradicional para estas ocasiones, y cómo no, las bilbainadas de rigor.

Después de la comida nos dirigimos a Santo Domingo de la Calzada, que se halla inmersa en el noveno centenario del Santo que fundó la ciudad. Como no podía ser de otra manera, iniciamos el recorrido cultural a la vera del fundador. Un gallo hace referencia permanente al milagro más famoso de la Edad Media.

Recorrimos la Calle Mayor que forma parte del Camino de Santiago, una avenida salpicada de casas palaciegas, blasones y referencias al fundador. Por una calle lateral desembocamos en la Plaza Mayor, donde grupos de peregrinos descansan de su larga caminata. Y nosotros, cansados también, iniciamos el regreso al "Botxo", contentos por la jornada que hemos pasado todos juntos, en un clima de hermandad, que es lo que nos proponíamos, al plantear dicha excursión. Que es la primera, pero seguro que no será la última.

Karmele Gomez

Camino de Santiago para ostomizados

ARGIA está dispuesta a realizar el último tramo del Camino de Santiago y esperamos que en 2010 la Fundación Convatec nos patrocine dicho evento.

Teniendo en cuenta que para realizar los 120 últimos kilómetros del Camino de Santiago se requiere una preparación previa, la Junta directiva ha decidido afrontar tal reto en tres niveles: una primera marcha de mínima dificultad, una segunda con alguna etapa real del camino, a realizar en marzo-abril de 2010, y la tercera que sería el último tramo del Camino de Santiago, previsto inicialmente para Mayo de 2010.

Marcha del Tren Minero de Arrazola

Tras varios intentos, por fin conseguimos realizar la primera marcha el 2 de octubre con la participación de 10 asistentes, 6 ostomizados.

Nos organizamos en tres coches y tras coger todo lo necesario (bocadillos, camisetas, etc), nos dirigimos a Apatamonasterio. La marcha, de mínima dificultad, transcurre por las faldas del monte Anboto, por una vía verde (antiguo ferrocarril minero de Arrazola).Tiene 4,5 Km de ida y se vuelve por el mismo camino: total 9 km.

Apenas tiene desnivel y es de mínima dificultad. Durante el recorrido existen cantidad de bancos para descansar así como diversas zonas con mesas, agua, wc, etc.

Las vistas son paradisíacas y nos encontramos con cantidad de vacas, ovejas, cerdos, caballos, gallinas … que inmortalizamos con nuestras cámaras de fotos.

Esta pequeña ruta no es más que una excursión al campo, con bocata incluido, que está al alcance de todos. El día estaba nublado pero con una temperatura ideal para andar. Nos encontramos con un grupo de 150 escolares que estaban realizando el mismo itinerario. Tras comer unos bocadillos de jamón y queso y consumir bebidas en el bar al fin del itinerario, iniciamos el regreso. Nos sacamos unas fotos con la camiseta de Argia y con la que nos ha regalado el Ayuntamiento de Etxebarri (desde aquí el agradecimiento a dicho Ayuntamiento)

Nos trasladamos a Elorrio y tras finalizar la comida realizamos una pequeña excursión por su bello casco antiguo, sacando las correspondientes fotos. De regreso a Bilbao, nos fuimos repartiendo con los coches, dando por finalizada la marcha.

Juan José Calvo

Dr. BIENVENIDO DÍAZ SÁNCHEZ

"Mi mayor satisfacción es que todo pueda funcionar perfectamente sin que aparezca yo por ningún sitio"

Resulta difícil entender la Asociación ARGIA sin el Dr. Díaz. Charlamos con él justo el día de su homenaje, el 19 de noviembre.

En la página web de la asociación se dice de Vd. que "durante 22 años ha sido nuestro cuidador, nuestro amigo y nuestro doctor, es decir, el alma mater de ARGIA" ¿Está de acuerdo?

Sí, algo más de 22 años. Llevo desde el año 82 aproximadamente, así que ha llovido… En 1985 ya organicé en Bilbao unas Jornadas Nacionales de Trabajo sobre Temas de Ostomía.....En 1987 se formaliza y registra la Asociación.

En su larga trayectoria habrá visto muchas situaciones ¿cuál recuerda con especial afecto?

(Se sonríe). Todas. Unas más graves, unas menos graves, siempre teniendo en cuenta que para cada uno la más grave es la suya. Hay situaciones verdaderamente dramáticas por cómo lo vive la persona. Es algo que ocurre normalmente sin esperarlo, de repente y te encuentras en esa situación para la que no estás preparado. A la persona le produce lo que solemos llamar una "quiebra de lo que es el sentimiento de su propia imagen corporal" y no solamente eso; le condiciona el futuro. Y el futuro en cada uno es distinto en relación de la situación familiar, de trabajo, de relaciones de todo tipo, su ambiente social, etc. Cada caso tiene sus características, y para cada uno el suyo es el peor.

Algunos enfermos aseguran que "la bolsa es calidad de vida" ¿está de acuerdo?

Indudablemente que lo es. La posibilidad de una operación de este tipo supone una "Segunda oportunidad" y los materiales de que disponemos permiren esa expresión. En países de lo que llamamos Tercer mundo la población, por degracia, no tiene ni siquiera la posibilidad de desarrollar las patologías que dan lugar a estas situaciones. Dicho así parece un sarcasmo. Poblaciones con una "esperanza de vida" de 40 o menos años, no tienen tiempo de llegar a una situación de deterioro biológico. Y si alguien llega es más que probable que no disponga de los medios para esa "segunda oportunidad". Y si ahora nos preguntamos ¿de qué morían nuestros abuelos?, todos morían de "muerte natural". Mentira. Se morían de un cáncer cualquiera. No había conocimientos y medios para saberlo y atajarlo. Fácilmente se tiende a pensar que ahora existen muchos más cánceres y enfermedades y lo que pasa es que se diagnostican y si se cogen a tiempo existe esa segunda oportunidad. Lo de "calidad de vida" tiene más relación con la cada vez más avanzada tecnología de los materiales disponibles..

¿Se sigue escondiendo en público que se es una persona ostomizada o está cambiando?

Está cambiando, pero es un cambio que siempre es individual.

Osakidetza triplicará las pruebas para detectar el cáncer de colon. En Euskadi 300 personas al año fallecen …

En eso me congratulo y me hace recordar haber hecho un proyecto que incluia la detección precoz del cáncer de colon. Proyecto, incluso premiado por la Consejería de Sanidad, que dormirá en algún cajón o estantería… hace más de veinte años. Hablaba

siempre no de un diagnóstico precoz, sino de una "detección precoz". Por ejemplo el cáncer de piel es el más abundante, pero la gente no se muere tan fácilmente de un cáncer de piel, se diagnostica pronto y tiene remedio. Hay tipos de cánceres que cuando se maniestan clínicamente, resulta que ya no tienen una solución viable.

¿Considera que ha avanzado mucho la medicina en estos últimos años respecto a las causas que generan las ostomías?
Ha avanzado paulatinamente en cuanto a medios diagnósticos más depurados técnicamente y la mejora de las técnias quirúrgicas; pero pienso que el mayor avance puede estar en estos momentos en marcha si realmente se consolidan los estudios que se hacen para detectar la posibilidad de que haya factores genéticos y que las situaciones se puedan prever y detectar precozmente.

Contamos en general con los mejores médicos pero, ¿cómo ve la salida del hospital para una persona con una ostomía, sigue habiendo un hueco a nivel psicológico?
Con muy buenos médicos por supuesto. Sigue habiendo un estimable hueco aunque, afortunadamente, menos. Cuando empecé con esto siendo cirujano ya, y había hecho operaciones de este tipo, cuando hacíamos el seguimiento de un cáncer de recto en la consulta, desde el punto de vista oncológico y demás todo estaba perfecto. Pero estaba ese tema que me llamó la atención y que me pareció un problema tremendo, del cual, los pacientes, ni siquiera le hablaban al cirujano. Me apercibí que ese problema resultaba mucho más grave, psicológica y subjetivamente para el paciente, que la propia enfermedad y el asumir un cáncer.

¿Cómo recuerda los primeros pasos de Argia?
Arranco cuando, como he dicho, haciendo el seguimiento postquirúrgico de un paciente de este tipo, me doy cuenta de que no me comenta un tema que le atenaza y le agobia, en secreto, de esa forma fácilmente imaginable.

Algún paciente estuvo hasta dos años sin salir de casa…
Sí, ése un caso concreto, ni el único ni el más grave, que cuento como paradigma. Después de tres o cuatro consultas conmigo, después de que le puse en "rodaje" normal, en los verdaderos raíles de la vida y de la sociedad, viene a la consulta: "venimos a despedirnos" ¿qué pasa, tan mal te he tratado? No, que nos vamos de vacaciones tres meses al Mediterráneo… y no había salido de casa en dos años que llevaba operado. Eso es tremendo, impacta. A mí me impactó mucho.

¿Cómo ve Vd. hoy en día la salud de Argia?
Francamente bien, está en muy buenas manos. Pasamos tiempos muy difíciles, con poca protección y ayuda por parte de la Administración. Es algo que tengo en mi "debe", no haber sido capaz de convencer y movilizar a los responsables hasta el punto adecuado. Yo tampoco tenía mucho tiempo porque seguía trabajando cirujano en Cruces, y por parte de la Administración no tenía la atención que me parecería pertinente. Casi siempre lo mismo; aparentes buenas palabras pero de ahí no pasaba.

Las cosas han cambiado ¿no?
En este momento sí y con un gran volumen de trabajo. Efectivamente, la Asociación va con mucha más fuerza, tenemos sede más adecuada, más gente colaborando -con sacrificio eso sí- y bien preparada. Decididamente son tiempos de marcha adelante por el camino bueno.

¿Qué momentos le gustaría recordar en especial de estos años?
Todos y ninguno. Cosas que surgen en una conversación que después te impacta, lo que percibes que está en la mente de la gente cuando salía del quirófano y hablaba con la familia del Paciente… la dimensión, la resonancia tremenda que, en la mente de los familiares tenían ciertas cosas. Yo no me "inmutaba" pero impresiona de verdad. A veces los médicos hacemos las cosas de una forma muy técnica, perfectamente desde ese punto de vista, y el otro elemento, el elemento propiamente humano, hay quien es capaz de captarlo y hay quien no, son vivencias.

Argia necesita ayuda, y debe tener el reconocimiento por parte de las autoridades y de los estamentos sanitarios

Para una persona de su empuje, esto de la jubilación…
(Se ríe). Tengo una biografía variada, diría incluso que rica; me he movido en muchas cosas y me he empeñado en este asunto… nunca me han asustado las dificultades; siempre he podido. Y cuando he completado una cosa y estoy satisfecho de lo que he hecho, puedo cortar perfectamente. No aparezco por la

Entrañable despedida al Dr. Díaz

Más de ciento treinta personas quisieron acompañar a la comida homenaje celebrada el pasado 19 de noviembre en el restaurante de la Casa Vasca en un acto entrañable en el que hubo abrazos, saludos e incluso alguna lágrima furtiva para acompañar al Dr. Bienvenido Díaz en su despedida. Muchos pequeños momentos inolvidables para arropar al "alma mater" de ARGIA durante más de veinte años, "con malos y buenos momentos" como él mismo recordó al micrófono, en una cita en la que la asociación mostró su agradecimiento al doctor con el regalo de una carabela de plata en sentido homenaje. A su vera estuvo Carmen, secretaria durante muchísimos años de Argia, así como los responsables de la actual junta directiva.

asociación desde que me jubilé, en julio, por atender el servicio. Pero no me crea una situación especial; tengo esa posibilidad mental de poder cortar, me he acomodado bien. Recordar las buenas cosas y cuando se hace una buena obra lo mejor es –me pasa a mí- ni saber a quién se lo has hecho. La marcha de la Asociación está en muy buenas manos.

¿Seguirá colaborando con Argia?

He cortado porque pienso que mi presencia en la asociación podía ser más contraproducente que favorecer. Cuando se lleva mucho tiempo en un sitio y se han tenido que sortear dificultades, se acumulan fácilmente "vicios" y para los nuevos que se lanzan con más energías, no sería bueno que pudieran sentirse condicionados. La Junta Directiva tiene las ideas claras y en unión con los voluntarios están en el buen camino y todo lo que sea querer tutelar lo veo perjudicial. Mi mayor satisfacción es que todo pueda funcionar perfectamente sin que aparezca yo por ningún sitio (se ríe). Mi misión está cumplida y lo principal es que los pacientes estén perfectamente atendidos y, por esa vía, se está caminando firme.

¿Algo que Vd. quiera decir?

Hacer una llamada a los estamentos públicos, porque esto siempre ha sido una dejación que ha hecho el sistema de atención social y de salud. Quedó en un primer momento, hace muchos años, en manos de los visitadores de las marcas comerciales… Este Colectivo de Ostomizados necesita y merece una atención más "cariñosa", de lo que ha sido, desde todos los estamentos sanitarios.

Por el otro lado, sucede que el paciente ostomizado no ha sido un sujeto reivindicativo de sus derechos porque siempre ha tenido un poco la sensación de esa vergüenza de su situación. La gente que está llevando la Asociación, que lo hace estupendamente, necesita ayuda. El peso es muy grande y su sacrificio debe tener el reconocimiento de la Sociedad, reconocimiento que debiera estar generosamente bien interpretado por las Autoridades y Direcciones de los estamentos sanitarios.

RAQUEL GARCÍA CENDÓN, enfermera estomaterapeuta

"Para mí es un reto muy importante y muy gratificante estar en Argia"

Raquel García Cendón es, desde mediados de octubre, la encargada de la atención de educación sanitaria en la Asociación de Ostomizados Argia. Cuenta con una amplia experiencia de 19 años en esta profesión, de los cuales lleva los tres últimos como supervisora de la planta de Urología en el Hospital de Galdakao.

La consulta para los socios y socias de Argia se realiza los lunes y jueves, desde las 16.00 hasta las 19.00 horas, aunque hay que pedir cita previa para no colapsar el servicio. Charlamos con Raquel García un mes después de llegar a Argia, en una tarde repleta de visitas, y a sabiendas que el referente anterior es el Dr. Bienvenido Díaz, una institución en la asociación y en el complejo mundo de las ostomías.

¿Cómo describiría a Argia?
Es una asociación muy necesaria, porque son pacientes que están un poco "desangelados" aquí en Bizkaia. Argia hace una labor para el paciente ostomizado importantísima, tanto a nivel físico como a nivel psicológico; asesora de todos los dispositivos que existen en el mercado y educa en el manejo de los mismos, y atiende si se tiene algún problema en el estoma. La verdad que es una labor a destacar.

¿Cómo es una tarde normal aquí?
(Se sonríe, la entrevista se produce con una demora de más de una hora, por el trajín de visitas). Es así, sin parar...

¿Qué tipos de situaciones encuentra habitualmente?
Muchas de las personas son gente mayor, que tienen muchas dudas sobre los estomas; muchos vienen también con problemas, con pieles ya muy dañadas, con dispositivos que no se les ajustan bien, tienen fugas…

¿Tienen información en general estos pacientes?
Poca. Si el paciente es joven todavía sí que tiene información porque ya lo buscan ellos. Pero en pacientes mayores muy poca.

¿Qué es lo que más le gusta de esta tarea que hace?
Ser útil para los demás, ayudarles, asesorarles, que tengan un referente a quien acudir, el poder solucionarles los problemas, el escucharles también…

¿Tiene que hacer también tareas de psicología?
Sí, también, mucho.

¿Qué es lo que más le sorprende en este tiempo que lleva en Argia?
Las ganas de vivir que tienen, lo luchadores que son, la perspectiva que tienen de la vida

Le llegarán personas recién intervenidas…
Sí, es un palo, la verdad. Es un cambio radical en su vida. Aparte de la bolsa, la mayor parte de las intervenciones van asociadas a una patología maligna que siempre "sobrevuela" el cuerpo y la mente…

¿Nota miedo, reparo, quizá temor en las personas que atiende?
Al principio yo creo que sí, que vienen un poquito con miedo, dudando a ver qué les vas a decir, qué les vas a contar. Si tienen eso bien…

Los pacientes ostomizados están un poco desangelados en Bizkaia y Argia desarrolla una labor importantísima

Personalmente ¿no le supone un reto sustituir en Argia en la atención al Dr. Díaz?
Mucho. Al Dr. Bienvenido no le conocía personalmente, pero según me cuentan ha sido el "alma mater" de Argia por lo que el listón está muy alto. Pero bueno, intentaré estar a la altura.

¿Qué destacaría de la asociación Argia?
El compromiso con los demás. La lucha personal y una fuerte confianza en sí mismos.

¿Y de su tarea aquí?
Para mí es un reto, un reto muy importante. Aunque con mi experiencia profesional llevo muchos años viendo este tipo de problemas tampoco me había dedicado de lleno a la tarea del ostomizado. Y es un reto muy importante, muy gratificante, mucha satisfacción, a mí me llena de orgullo y de satisfacción el poder estar aquí y brindar mis conocimientos a la gente que lo necesita.

¿Qué más le gustaría resaltar?
Que para mí es un gran reto personal y profesional.

¿Y respecto a la asociación?
¿Qué necesitan más apoyo? Pues por supuesto que sí.

Antes ha dicho que en Bizkaia este colectivo está peor…
En otros sitios hay personas que se dedican ya, estomaterapeutas a nivel hospitalario, a ayudar a las personas ostomizadas. Ayudarlas, a guiarlas, a ser un apoyo, a consultas… aquí no hay nada. Que haya un organismo, una asociación de pacientes, que se dedica a darles un apoyo que no tienen a nivel institucional es muy importante.

Hablamos de políticas sanitarias…
Claro. No me estoy inventando nada. A nivel institucional hay un desamparo tremendo con estos pacientes. En Álava hay estomaterapeutas, en Gipuzkoa también, pero en Bizkaia no. Argia está haciendo una labor extraordinaria.

CONSULTAS DE ESTOMATERAPIA

Pregunta: Mi madre tiene una colostomía desde hace 2 meses y medio. Esta semana le ha salido un bultito a un lado del estoma que le produce ardor y que se está hinchando. ¿Qué se puede hacer?

Respuesta: Lo más adecuado sería que le viese nuestra estomaterapeuta, o si no es posible, su enfermera de referencia con el fin de realizar un buen diagnóstico diferencial. Como ha pasado poco tiempo desde la intervención, puede tratarse de un punto intolerado en el estoma, pero también un granuloma (para que lo entienda, como una pequeña verruga). Los dos son igual de molestos y se producen con mucha frecuencia, no es para alarmarse. Pero sí es cierto que produce irritación, escozor, pequeños sangrados etc. Le recomendaría Mercuriocromo rojo o Eosina 2% en solución acuosa, ajustar bien el diámetro del dispositivo al del estoma, si está muy irritado o produce mucho dolor en la retirada del dispositivo, puede cambiarlo por otro de dos piezas. La ventaja que aporta el doble dispositivo es que la placa no la cambiaría en varios días, sólo las bolsas, evitando por tanto, las molestas tracciones de la retirada del dispositivo de una pieza varias veces al día y facilitando a su vez la mejora de la piel. Por último, recordarle que debe acudir a nuestra consulta o enfermera de referencia para que le realice un diagnóstico más exacto ya que puede necesitar algún tratamiento más específico. Mis recomendaciones son orientativas y generales.

Pregunta: Tengo 31 años, colitis ulcerosa y una ileostomía desde hace 3 años. Hace 4 meses me ha extirpado el recto y el ano, dejando ya una ileostomía definitiva. Sé que es poco tiempo de convalecencia, pero estoy un poco preocupado por el tema sexual, ya que desde entonces, mi capacidad ha menguado considerablemente. Me cuesta tener una erección y más mantenerla. La libido está más o menos como siempre y es en las relaciones con mi pareja donde me noto raro, como si estuviera empezando de cero. Las erecciones son mucho más flojas y cuando eyaculo me duele la zona del periné. Además en las primeras eyaculaciones salía sangre mezclada con semen, aunque este problema se ha solucionado por sí solo. Espero que esto sea cuestión de tiempo porque la verdad es que mi vida sexual ha empeorado sensiblemente y ya no disfruto como antes. No tengo problemas con mi pareja ni complejo por la bolsa. Supongo que la disfunción es debida a la intervención ¿Qué me pasará con el tiempo? ¿Lo dejo estar o voy al urólogo? No sé qué hacer.

Respuesta: Me puedo imaginar muy bien lo preocupado que estás, especialmente porque sobre el tema que me planteas son pocos los especialistas que os informan bien en el preoperatorio o en el postoperatorio, casi siempre suele ser a demanda del paciente como has hecho tú aquí por lo que, desgraciadamente, luego llegan las dudas. Puedes quedarte tranquilo, lo que está ocurriendo es normal. Por un lado aún ha pasado poco tiempo desde la intervención, debes de pensar que es una cirugía que nosotros denominamos mayor, y por tanto, requiere algo más de tiempo para la recuperación; por otro lado, la Amputación Abdomino-perineal (A.A.P.) que es la intervención que te han realizado, puede ocasionar algunas disfunciones sexuales que en tu caso es muy pronto para valorar. Alteraciones en la erección o en la eyaculación como lo que me comentas son habituales, disminución en la cantidad del semen, o mezclado con sangre; eyaculación retrógrada (es cuando no hay salida de semen al exterior pero sí has tenido un orgasmo). No tengas prisa en tener relaciones completas, recuerda que el concepto de sexualidad es mucho más amplio que un coito o tener un orgasmo. No olvides los mimos, las cenas románticas, escapadas de fin de semana y todo lo que se os ocurra para comenzar. Tampoco debéis olvidar la comunicación, expresar cada uno de vosotros cómo estáis viviendo estos momentos no es sólo muy importante sino necesario. Puede parecer frívolo lo que te voy a decir pero ante ciertas situaciones no olvides el sentido del humor, tómate a risa momentos o situaciones "delicadas", puede servir para relajar tensiones y eso también es necesario. No tengas prisa porque todo llegará en su momento.

Pregunta: Soy un varón de 24 años al que han realizado la extirpación del recto y ano y una ileostomía definitiva. Me suelo cambiar el disco cada 48 horas y tengo muchos problemas a la hora de despegarlo por la gran cantidad de vello que me crece alrededor del estoma, me han dicho que use tijeras para cortarlo pero me cuesta bastante y no me parece efectivo ¿Qué puedo hacer? ¿Es recomendable usar cuchillas para depilar esa zona?

Respuesta: La mayoría de las guías recomiendan el recorte del vello con tijeras, pero son muchas las personas que no les resulta fácil recortárselo y acaban dándose "picotazos" con ellas. No hay ningún problema en que lo rasures con una maquinilla de afeitar, procura que sea desechable y que sólo la uses para la piel periestomal. Personalmente, recomiendo que se haga sin espuma de afeitado ya que así estarás viendo la zona que vas a depilare en todo momento. Recuerda que necesitas tener la piel en perfecto estado, así que procura hacerlo con cuidado.

La irrigación, desde una experiencia personal

Soy un paciente ostomizado. Después de muchos años de irrigarme tengo una pequeña experiencia en la forma de realizar esta operación que quiero transmitiros.

Al principio, el Dr. Díaz, médico proctólogo que me atendió en el manejo de mi ostomía, me aconsejó, que con un litro de agua y seguidamente otro litro de agua durante tres cuartos de hora, estaba finalizada la irrigación.

El resultado no me satisfacía, pues al ponerme la bolsa de ostomía en cualquier momento me volvía a manchar, porque todavía salían restos de heces.

Fui experimentando y con el tiempo he llegado a la forma más eficaz de realizarla y que a continuación os detallo:

1. Hay que llenar la bolsa de irrigación con agua templada (nunca fría) y colocar la bolsa a una altura por lo menos por encima del hombro

2. Se despega y quita la bolsa o el obturador colocado y se limpia el abdomen alrededor del estoma secándolo muy bien; a continuación nos colocamos la manga de irrigación, que es la que transporta el agua residual, alrededor del estoma adherida al abdomen, para después vaciarla en el inodoro.

3. Llenamos la bolsa con algo más de dos litros de agua para posteriormente abrir su llave, y purgarla hasta que el nivel quede en dos litros.

4. A continuación se introduce el cono en el estoma para empezar la operación del llenado del intestino hasta llegar al nivel inferior marcado en la bolsa, cerrando la llave.

Terminado este proceso, se mantiene el cono oprimiendo el estoma durante unos diez minutos para conseguir que se ablanden las heces, y aunque el estoma se pone de color oscuro (morado) no tiene ninguna importancia.

5. Después de esta primera fase, se quita el cono del estoma para poder a expulsar el agua que se ha introducido al intestino. Cuando el agua parece que ha

terminado de salir, vuelvo a repetir la operación de llenado de la bolsa con litro y medio de agua, vaciando ese llenado nuevamente en el intestino manteniendo el cono oprimido durante cinco o seis minutos para volver a reblandecer y expulsar las heces.

Esta operación, con litro y medio de agua, la realizo dos o tres veces y repito una cuarta o quinta vez, dependiendo de la necesidad, con un litro de agua, hasta que el agua que se expulsa queda prácticamente limpia.

Antes de realizar este sistema tiene que ser recomendado por el médico: no todas las personas pueden irrigarse

Este proceso tardo en realizarlo entre hora y media y dos horas. Una vez terminada la irrigación y para evitar que los residuos que puedan quedar en el intestino fluyan al exterior, ocasionando derramamientos, enrollo la parte inferior de la manguera, sujetándola con unas pinzas, y la mantengo pegada al abdomen de media hora a tres cuartos de hora.

Después de esto ya se puede retirar la manguera. Limpio el estoma y me coloco la bolsa de ostomía o el obturador.

Con esta sencilla práctica, elimino olores, suciedad y me olvido durante unas setenta y dos horas de que soy una persona ostomizada.

Como comentario final os diré que la irrigación es bastante similar a lo que se realiza antes de una colonoscopia con los sobres de polvos evacuantes e incluso con mejores resultados, manteniendo siempre el mismo régimen de ayuno previo a la prueba.

Si necesitáis más información, o consejo complementario, llamad a la Asociación ARGIA y me pondré en contacto con vosotros.

José Mª Pinedo

OSTOMÍA

CUANDO LOS CAMINOS CAMBIAN

Desde muy pequeños el acto de defecar o evacuar el intestino constituye todo un proceso de aprendizaje. Además de tratarse de un acto fisiológico como respirar o alimentarse, la evacuación intestinal es un proceso que puede ser controlado volitivamente.

En efecto, este último paso del proceso digestivo (al igual que el primero de ellos) puede ser sometido al control de la voluntad del individuo, que cuando percibe la sensación de recto ocupado puede obedecer a este impulso y exonerar su intestino, o bien puede decidir posponer esta función para un momento más oportuno.

Esta función y vía fisiológica que el organismo posee para deshacerse de los productos de desecho de la alimentación y digestión, puede verse modificada en ocasiones por procesos que obstaculizan su normal desempeño. Por ejemplo, cuando un proceso inflamatorio, diverticular u oncológico llevan a la resección (extracción) de parte del intestino grueso o bien cuando se busca poner "en reposo" dicha porción, la vía de evacuación intestinal se modifica. Se genera, de este modo, las llamadas ostomías u orificios de salida de la víscera al exterior. Estas ostomías pueden ser de la vía digestiva o urinaria, dependiendo que sector del organismo se halle comprometido.

La abertura -denominada ostoma- puede practicarse en diversos sectores del intestino, según sea la porción de éste afectada. Cuando se efectúan en el colon se llaman colostomías, las que pueden ser izquierdas, derechas o transversales, según sea la porción del colon en la cual se realizan este tipo de intervenciones. En otras ocasiones, el colon se encuentra comprometido en sus porciones proximales o en su totalidad, por lo tanto, la ostomía debe practicarse en la porción inferior de intestino delgado: se trata de las llamadas ileostomías.

Tanto las colostomías como las ileostomías pueden ser definitivas (cuando se realizan con carácter de vía evacuatoria permanente) o transitorias, como las efectuadas cuando se quiere poner en reposo al intestino, o se desea esperar que ceda un cuadro inflamatorio o cuando forman parte de un procedimiento en 2 tiempos denominado cirugía de reservorio ileoanal, también conocida como "pouch ileal". En estos casos, como en los de la colostomía transitoria, se recupera la función de control evacuatorio luego de haber reconstruido el tránsito. Para ello, es necesario que se conserve el esfínter anal.

En el caso de las colostomías o ileostomías permanentes, el reservorio rectal es reemplazado por la colocación de una bolsa que retiene el material intestinal evacuado. Esta bolsa debe ser vaciada a intervalos regulares, dependiendo de la característica del material, de su capacidad y del ritmo evacuatorio del paciente, (por ejemplo, si las deposiciones son más abundantes o muy líquidas será necesario efectuar una higiene más frecuente).

Pasado el impacto inicial de la enfermedad o la situación aguda que llevó a la necesidad de realizar una ostomía, el paciente y su familia toman conciencia que, a partir de ese momento y por un tiempo variable, un acto fisiológico, rutinario y anónimo vuelve a cobrar un protagonismo que recuerda al de los primeros tiempos de la vida, aunque existe una diferencia sustancial con dicha etapa. No se trata de un bebé en brazos de sus padres, sino de un niño mayor, de un adolescente, o de un adulto, que tienen compromisos vitales claramente diferentes. El proceso de adaptación no es instantáneo y muchas son las dudas e inquietudes que surgen cuando una bolsa desechable entra a formar parte de la imagen corporal.

II CONCURSO
ARGIA DE FOTOGRAFÍA

Unas sesenta fotografías de tema libre realizadas por nuestros socios y familiares han participado en esta segunda edición. Al final, las ganadoras fueron:

1er PREMIO

PAISAJE CON NIEVE EN UNA CURVA

Y al final la belleza Jose Blanco

2º PREMIO

Lago espejo Silvia Gómez

Tierra, mar y aire Maribel Zorrilla

3er PREMIO

Mañana otoñal Charo López

PREMIO ESPECIAL A LA EXCURSION TREN MINERO DE ARRAZOLA

Argia asume la presidencia de Fekoor

Argia ostentará durante un año la Presidencia de Fekoor, la Federación Coordinadora de Personas con Discapacidad Física de Bizkaia, tal y como se acordó en la última Asamblea General Ordinaria celebrada en la sede central de la entidad en el mes de julio.

La Asamblea de Fekoor es el máximo órgano de decisión de la coordinadora. Su presidencia se ostenta con carácter anual y de manera rotatoria entre las 19 asociaciones miembro, correspondiendo el cargo a la vicepresidencia del año anterior. El orden del día contemplaba la elección de la nueva Junta Directiva, correspondiéndole la Presidencia a la Asociación de Ostomizados de Bizkaia (ARGIA), y la Vicepresidencia a la Asociación de Esclerosis Múltiple de Bizkaia (ADEMBI).

Desde Argia se designó a D. Iñaki Ansoleaga Deusto para asumir esta responsabilidad durante este ejercicio.

La nueva Junta Directiva presidida por Ansoleaga se propone continuar desarrollando la filosofía de actuación de Fekoor, reforzando el compromiso, la coherencia y la capacidad de unir fuerzas en torno a un proyecto común. A pesar de lo conseguido a lo largo de estos años todavía queda mucho por hacer. A día de hoy, tenemos reconocidos derechos que no podemos disfrutar por los motivos de sobra conocidos: falta de accesibilidad a bienes y servicios públicos y privados, falta de recursos de apoyo, dificultades para encontrar un empleo digno y de calidad, y en definitiva, carencia de políticas transversales y de acción positiva que permitan a nuestro colectivo participar activamente en la sociedad en condiciones de igualdad.

Vivimos un momento complicado para el tercer sector, caracterizado, por una parte, por la recesión económica que mermará, sin duda, los recursos con los que cuentan las asociaciones, y por otra, por el reto que supone el despliegue de las políticas que deben garantizar nuestros derechos y dotar de los recursos y apoyos que precisa nuestro colectivo para desarrollar un proyecto de vida libremente elegido, y con las mismas oportunidades que el resto de la ciudadanía.

En este contexto, el movimiento asociativo debe estar más cohesionado que nunca, detectando las necesidades y planteando soluciones a los retos que nos plantea el presente. Un colectivo muy amplio y heterogéneo que reivindica la mayor calidad de vida posible para vivir de manera independiente en comunidad, sin barreras, y en igualdad de condiciones con las demás personas.

Para esta labor las Instituciones contarán con el apoyo y la colaboración de Fekoor, una entidad que lleva 30 años defendiendo los derechos de las personas con discapacidad física y orgánica en Bizkaia.

Tu vida puede y debe ser normal

DESDE ARGIA TE AYUDAMOS

- Información
- Taller de educación Sanitaria
- Actividades
- Charlas y coloquios
- Actos informativos
- Ocio inclusivo

argia
asociación de ostomizados
ostomizatuen elkartea

944 394 760

correo@ostomizadosargia.com

CONTACTA CON ARGIA

Sede: Dr. Areilza nº 36. Esc. Int. Izd. 1ª I
BILBAO

Metro Bilbao. **Salida INDAUTXU. Areilza**

www.ostomizadosargia.com

necesitamos tu colaboración

HAZTE SOCIO-HAZTE SOCIA