Transición a la vida adulta, vida independiente

Arq. Dabaiba Conte de Nilipour
Presidenta Fundación Soy Capaz

XIII FSC Simposio de Autismo y Patologías Afines
Sábado 24 de Agosto 2019
Hilton Panamá

Nuestra misión

- ✓**Promover la independencia de jóvenes con autismo, orientar y apoyar a las familias y sensibilizar a la sociedad para su integración social.**

Nuestro enfoque:

Adultos con autismo

Nuestros 3 ejes de acción:

1. *Sensibilización*
2. *Educación*
3. *Apoyo al grupo familiar*

Sensibilización

- Caminatas
- Light It Up Blue (#LIUB)
- Exposiciones de arte
- Calendarios
- Conjunto folclórico
- Charlas y entrevistas
- Boletines mensuales
- Uso continuo de redes sociales

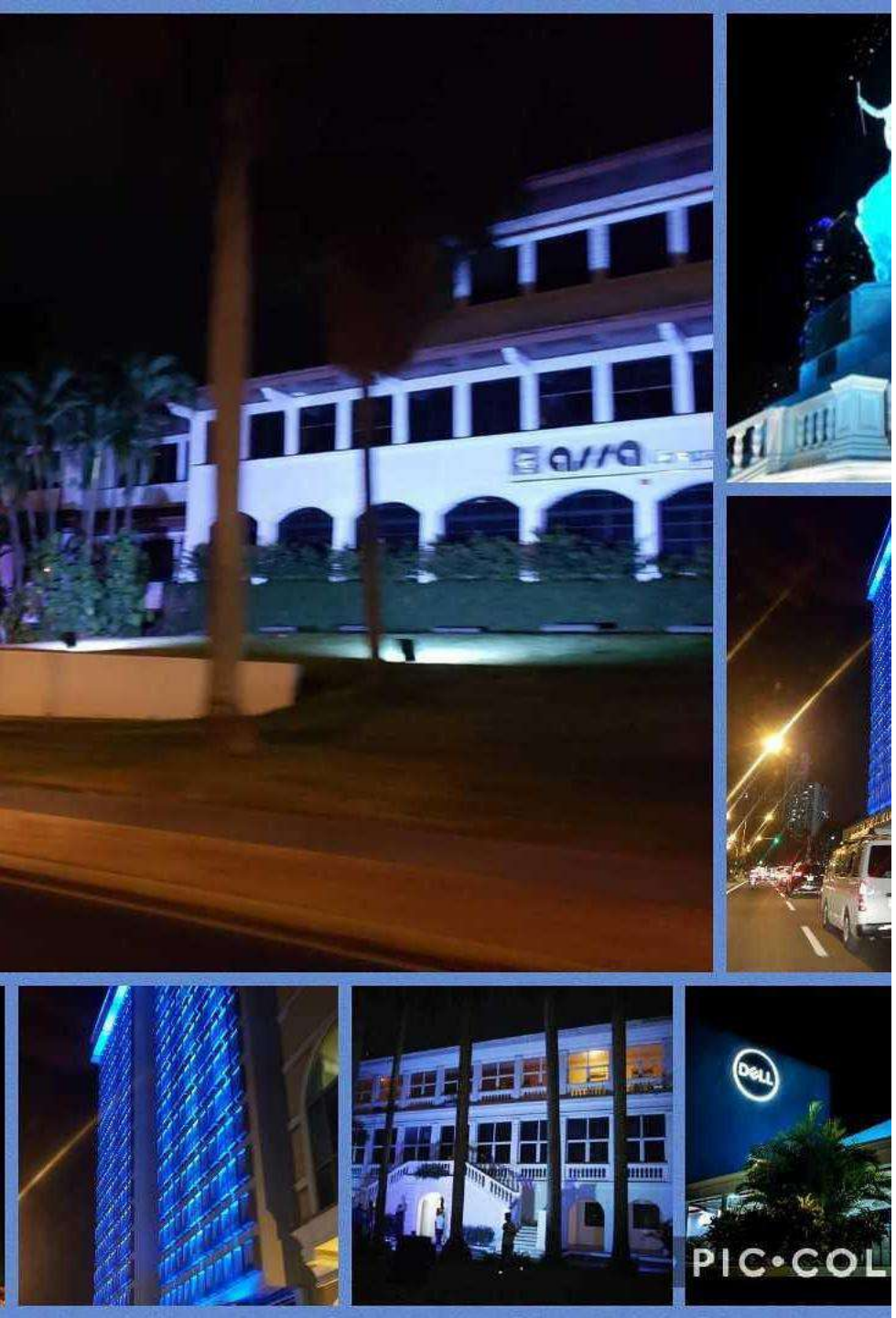
Abril
Mes del Autismo

Desde el primer año que la ONU en nov. 2007 declaró el 2 de abril día mundial del autismo, realizamos una caminata anual

12 Caminatas

World Autism Awareness Day

km



Light it Up Blue (LIUB)

- Formamos parte de la campaña mundial Light it Up Blue “LIUB” (Ilumínalo de azul)
- Varios edificios se iluminaron de azul la noche del 2 de abril
- Se subieron fotos en azul a las redes sociales con mensajes de inclusión, respeto y tolerancia

Exposiciones de arte

- En abril realizamos exposiciones de arte con las pinturas de nuestros estudiantes
- Este año tuvimos exposiciones en Multiplaza y Altaplaza mall
- Durante el año realizamos distintas exposiciones
- La próxima será en Albrook mall (pasillo del koala) del 1 -7 de octubre

Mac Store
thinkkitchen
Fundación
Soy Capaz

Fundación
Soy Capaz

Fundación
Soy Capaz

1 de cada
88 niños
tiene
#Inclúyeme

Calendarios desde 2013

- **Con las pinturas confeccionamos un calendario en español e inglés que lleva en cada mes las señales del autismo.**

Presentaciones folclóricas

- En abril nuestro conjunto folclórico se presentó en Restaurante Tinajas
- Durante el año nos presentamos en diferentes ferias, el desfile de las mil polleras y la Teletón
- El conjunto tiene 8 años de formado

Desfile de las Mil Polleras y ferias

TELETÓN
B/. 5.00 - 900-2031
09:09:44 - 09:11:20

507

Expo
Manualidades

- Dictamos charlas a diferentes grupos y entidades
- Aparición en medios de comunicación

Boletín Informativo
Fundación Soy Capaz
Autismo-Asperger-Panamá
VOLUMEN I, N° 1
SEPTIEMBRE 2008

Contactos:
Tel 224-0109, Cel: 6671-2667
Panama City, Panamá
Ave. Andrés Mojica Casa No. 42 San Francisco de la Caleta
email: fundacionsoycapaz@yahoo.com
Website: www.fundacionsoycapaz.org
Para donaciones nuestra cuenta es 04-05-01-382822-4 del Banco General

Nuestro Mundo

La Fundación Soy Capaz obtuvo su personería jurídica el 21 de septiembre de 2008. Inicio con 3 jóvenes con un taller de bisutería en casa de la presidenta. Hoy en día con sede en San Francisco, ave. Andrés Mojica No. 42 ofrece clases de arte, terapias de lenguaje y ocupacional, actividades recreativas, físicas y grupos de apoyo para padres y hermanos.

En esta foto aparecen los jóvenes con Asperger en gira al Instituto Smithsonian.

Pensamos que los adultos, por ser mas independientes no estarían interesados en formar un grupo pero nos han sorprendido por su entusiasmo en reunirse cada semana aportando nuevas ideas. Próximamente, iniciarán clases de cocina en busca de la independencia que anhelan.

El Autismo

No es una enfermedad, sino mas bien, un desorden del desarrollo de las funciones del cerebro.

Los síntomas de autismo usualmente aparecen durante los primeros tres años de la niñez y continúan a través de toda la vida. En algunos estados de los Estados Unidos la incidencia ha llegado a 1 en 150 superando los diagnósticos en los niños de SIDA, cancer y diabetes juntos.

Palabras de la Presidenta
Dabaiba Conte de Nilipour

Un diagnóstico de autismo no nos prepara para el camino a recorrer con nuestros hijos y cada día es un reto. Gracias a los voluntarios y las personas que han creído en este trabajo, la Fundación ha salido adelante ayudando a niños, jóvenes, padres y hermanos de las personas con autismo y asperger. Debo mencionar de manera especial a María Alicia Sosa, Griesel Esquivel, Marelisa Vega Luis Caballero, y Franklin Paz como colaboradores permanentes. A Sandy Stargardter, Julio Zúñiga y Anrín Jurado como voluntarios entusiastas y al profesor Luis León, las psicólogas Stephanie Cruz, Ariadna de Ponce, Lissete Basmeson y la Dra. Claudia Rodríguez por su apoyo con los padres y hermanos. Gracias, en nombre de las personas con autismo.

SEÑALES DE AUTISMO

- No tiene contacto visual con las personas
- No balbucea o habla
- No señala
- No saluda
- No da los brazos para que lo carguen
- No voltea al oir su nombre
- Parecíera sordo pero es sensible a ciertos sonidos
- No tiene juegos imaginativos
- Se aferra a rutinas
- Adopta posiciones extrañas con su cuerpo
- Parecíera vivir en otro mundo
- No tiene miedo al peligro
- No atiende órdenes
- Extrema pasividad o hiperactividad
- No juega con otros niños
- Prefiere estar solo
- Le cuesta imitar sonidos o gestos

Fundación Soy Capaz
Autismo-Asperger Panamá
Desde 2001
Panama's Only Monthly Autism Newsletter
Volumen 12 # 132 - Agosto 2019

Fundación Soy Capaz Autismo-Asperger Panamá

Donaciones
04-05-01-382822-4
Banco General

Dabaiba Conte de Nilipour
Presidenta FSC

Un nuevo gobierno ha iniciado y con el varias figuras comprometidas con el tema de la discapacidad vemos entre las nuevas autoridades. A todos deseamos éxitos en sus tareas y que este nuevo quinquenio traiga nuevos avances para las personas con autismo.
Este mes llevaremos a cabo el XIII Simposio de Autismo y Patologías Afines con importantes expositores y temas variados tanto para la atención de los niños como la transición a la vida adulta y sus retos. Es un hecho que el niño con autismo crece, de allí la importancia de los tratamientos a temprana edad para lograr mayor independencia de adulto. Nuestro evento celebraremos el día sábado 24 de agosto en Hilton, avenida Balboa. Los esperamos!

500 años

Con mucho orgullo nos unimos a las celebraciones de los 500 años de fundación de Panamá Viejo. La primera ciudad del Pacífico en América.

Ciudad de Panamá
Crece en ti

Nuevas Investigaciones

Un nuevo estudio de la Universidad de Florida Central defiende la conexión emergente entre el autismo y el microbioma humano, poniendo el foco sobre el peligro del consumo de procesados en la dieta de la madre. Esta investigación fue publicada en la revista *Scientific Reports* . Los altos niveles de ácido propiónico que se utilizan en los alimentos procesados para prolongar su vida útil e inhibir el crecimiento de moho, parecen reducir el desarrollo neuronal en los cerebros fetales y al mismo tiempo, produce en exceso la producción de células gliales, lo que propicia inflamación, uno de los marcadores de autismo.

FSC Altos del Romeral calle Barcelona No. 557
www.fundacionsoycapaz.org.pa

132 Boletines mensuales sin interrupción desde Sept 2008

Más de 25,000 seguidores en Redes Sociales

- *Facebook, +10,300*
- *Instagram +9,000*
- *Twitter +5000*

Educación

- Desde el 2007 realizamos un simposio anual de autismo
- **Hoy tenemos el No. 13**
- Todas las charlas están en nuestra página web
- **Las charlas de hoy, también estarán en la página pronto**

PIC•COLLAGE

Joana Hall
Hilton
Maurice Kipping
Hilton
PIC•COLLAGE

Salón de la Fama FSC

- **Desde 2010 damos reconocimiento, a profesionales que hayan trabajado para mejorar la calidad de vida de las personas con autismo**
- **Con la homenajeada de hoy tenemos 15 profesionales**

AUTISMO
ASPERGER
09.30.2011

Fundación

BIENVENIDO
Fundación
VIII SIMPOSIO
Autismo

FUNDACION

Prof. Luis León

Fundación Soy Capaz
Marta de Martinelli

Educación al adulto con autismo

- Arte
- Cómputo
- Tejido
- Educación física
- Bailes folclóricos
- Cocina
- Manejo del dinero
- Manualidades
- Escultura
- Programa de habilidades sociales
- Paseos y actividades recreativas
- Campamento anual

Educación al adulto

- Talleres y actividades para aumentar la independencia
- Resaltar las habilidades de las personas con autismo

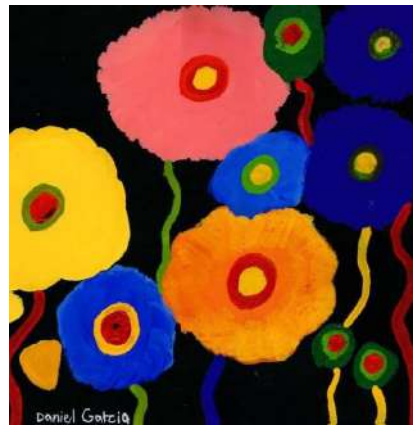
Educación al adulto

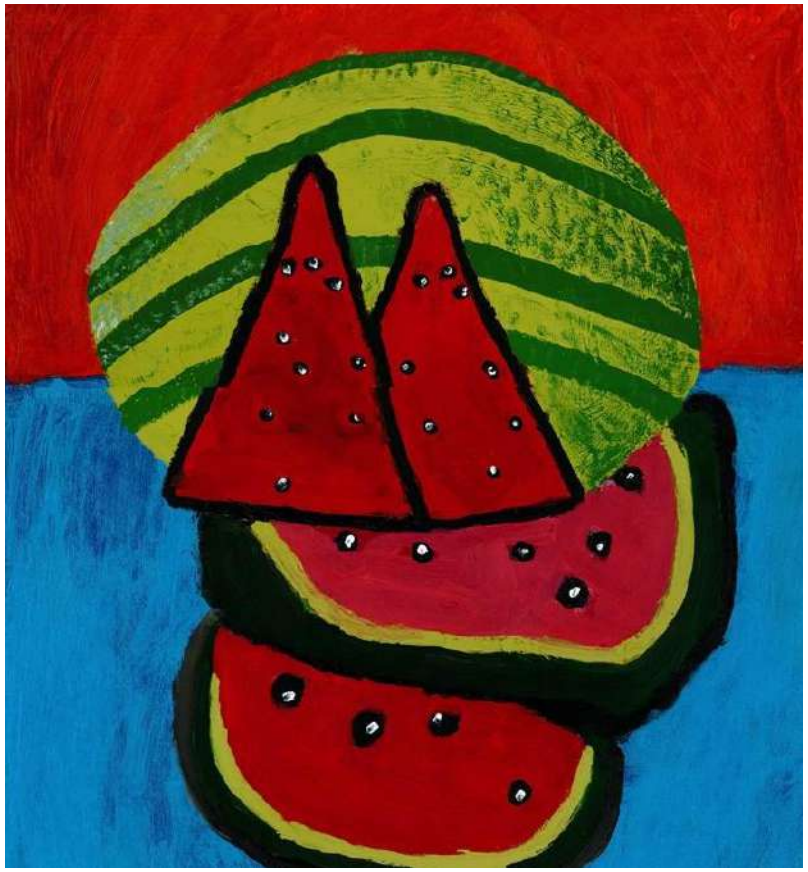
Centro de Día para jóvenes de +18 años

Taller de arte tiene 11 años

VIII Exposición de arte de personas con autismo

- 9 estudiantes
- Junto a 152 personas con autismo de todas partes del mundo
- Estarán expuestas en el Congreso Europeo de Autismo en Niza, Francia
- Las obras pueden verse en https://artexhibitionautism.autismburgos.es/piwigo/





VIII Exposición de arte personas con autismo

Venta de pinturas

- Los estudiantes venden sus cuadros durante las exposiciones
- **En la tienda *Life*Plus**

Venta de pinturas

- Por pedidos especiales hechos al gusto del comprador
- En nuestra sede
- Los estudiantes reciben pago por la venta de sus cuadros
- Próximamente estarán en el nuevo Hospital Panamá

Autismo al otro lado del mar

- **Las obras de nuestros estudiantes se exhiben en Art 5 Gallery en Brighton, Inglaterra**

Cómputo

Tejido

Fundación
Soy Capaz

Educación física

Bailes folclóricos

Delta

Cocina

Manejo del dinero

Manualidades

Escultura

Habilidades sociales

Campamento Anual

- **Desde 2010 hemos realizado campamentos anuales en las montañas de Coclé (4 días)**
- **Además de incrementar la autonomía en los participantes es un respiro para los padres**

DIFERENTE
NO MENOS

DIFERENTE
NO MENOS

Vida independiente

Apoyo al grupo familiar

- Brindamos orientación a los familiares de personas con autismo, personalmente, vía telefónica, individual o grupalmente.

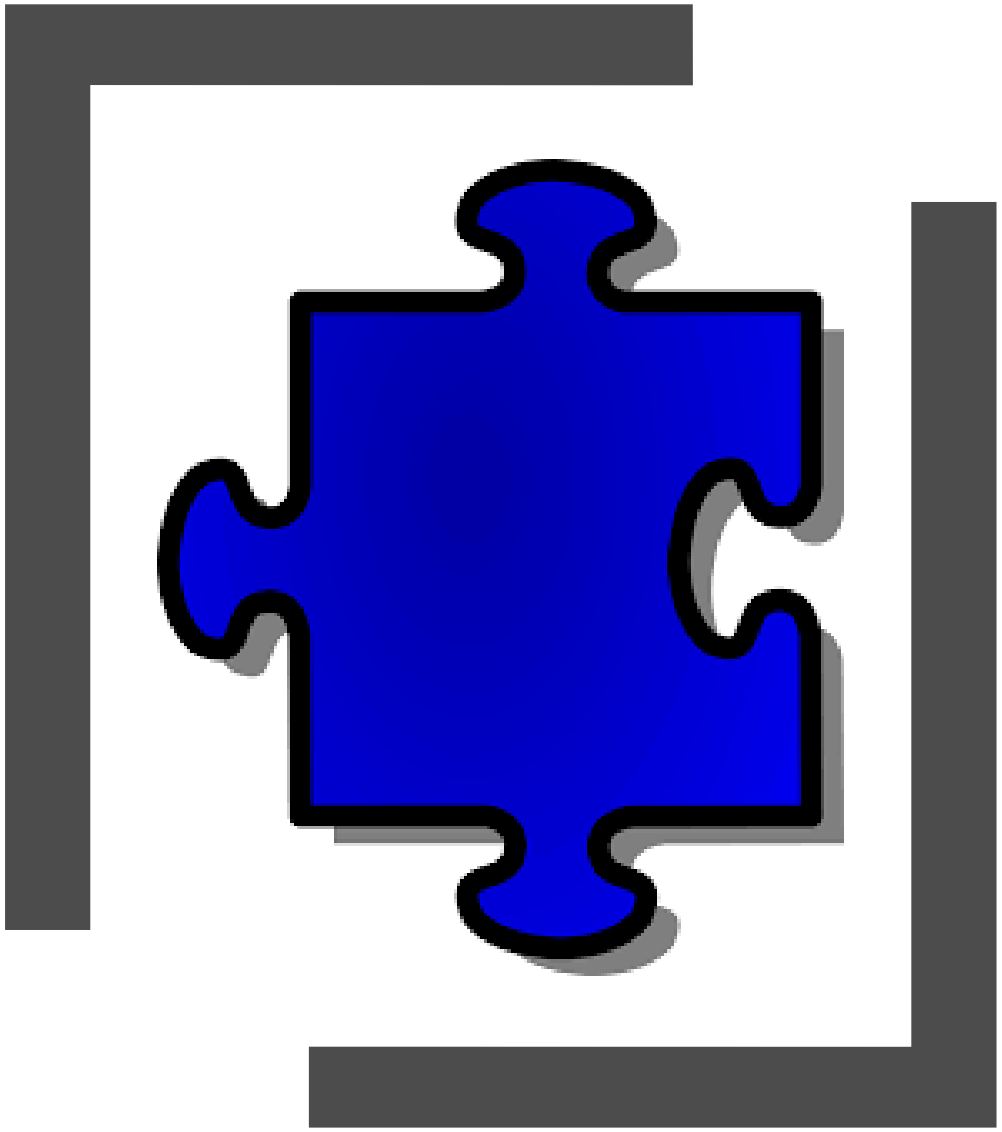
Transición a la vida adulta, vida independiente

Convención sobre los derechos de las personas con discapacidad - ONU

- **Uno de sus principios:**
  - **El respeto de la dignidad inherente, la autonomía individual, incluida la libertad de tomar las propias decisiones, y la independencia de las personas.**

- Todas las personas con discapacidad deben tener elección, control y libertad, como cualquier otro ciudadano, en su hogar, trabajo y como miembro de la comunidad.
- Esto no significa hacer todo por ellos mismos, pero si que cualquier asistencia debe basarse en sus propias elecciones y aspiraciones.

Comisión de Derechos de las Personas con Discapacidad – Reino Unido



Realidades

- En EE.UU. el 70% de los padres han reportado que sus hijos serían incapaces de vivir independientemente.
- La mayoría viven en casa de los padres.

(Fuente: Autism Speaks)

Realidades

- Encuesta de Panamá 2013
  - 1 de 686 individuos encuestados vivía solo en la antigua casa de sus abuelos.
- La encuesta evaluó habilidades de la vida diaria y movilidad para determinar nivel de independencia

	Nivel de independencia personal	% del total	Sex		No especif.
			H	M	

Habilidades de la vida diaria

- Se requiere de un instrumento de diagnóstico para evaluar el nivel de independencia del adulto con autismo
- Que puedan utilizar profesionales y familiares

Habilidades de la vida diaria

- **Presentamos a la USMA el tema de tesis Instrumento Diagnóstico de Desarrollo de Independencia en Adultos con Autismo**
- **Una estudiante de psicología escogió el tema y ganó financiamiento para desarrollarlo**

Habilidades de la vida diaria

- Aunque el tema es extenso abordaremos 4 puntos principales
    1. Preparación de alimentos
    2. Manejo del dinero
    3. Limpieza de la casa
    4. Mantenimiento de la casa (Nivel 5)

Preparación de alimentos

- Preparación antes de cocinar
- Limpieza del área a cocinar
- Seguimiento de recetas
- Manejo de utensilios de cocina
- Manejo de las manos para cocinar
- Utilización de electrodomésticos
- Encendido de la estufa

Preparación de alimentos
Antes de cocinar

IM	IE	CAD	PT	Definición de las tareas
				Se quita relojes y sortijas
				Se lava las manos
				Se pone el delantal
				Se amarra el delantal

IM = Independiente motivado
IE = Independiente estimulado
CAD = Con alguna dificultad
PT = Por trabajar

Preparación de alimentos
Limpieza del área a cocinar

IM	IE	CAD	PT	Definición de las tareas
				Busca el paño para limpiar
				Humedece el paño
				Pasa el paño en áreas sucias
				Enjuaga el paño
				Tuerce el paño

IM = Independiente motivado
IE = Independiente estimulado
CAD = Con alguna dificultad
PT = Por trabajar

Preparación de alimentos
Seguimiento de receta

IM	IE	CAD	PT	Definición de las tareas
				Lee la receta
				Busca los ingredientes
				Coloca los ingredientes en la mesa

IM = Independiente motivado
IE = Independiente estimulado
CAD = Con alguna dificultad
PT = Por trabajar

Preparación de alimentos
Manejo de utensilios de cocina

IM	IE	CAD	PT	Definición de las tareas
				Agarra correctamente el cuchillo y pica
				Pela cáscaras
				Utiliza el rayador sin cortarse
				Mide los ingredientes con tazas y cucharas
				Utiliza el colador
				Abre latas
				Coloca papel de aluminio en moldes

IM = Independiente motivado
IE = Independiente estimulado
CAD = Con alguna dificultad
PT = Por trabajar

La Costeña
FRIJOLES

Preparación de alimentos
Manejo de manos para cocinar

IM	IE	CAD	PT	Definición de las tareas
				Quiebra huevos
				Amasa
				Mezcla/bate
				Exprime
				Machaca
				Unta
				Desenrosca botellas

IM = Independiente motivado
IE = Independiente estimulado
CAD = Con alguna dificultad
PT = Por trabajar

Preparación de alimentos
Utilización de electrodomésticos

IM	IE	CAD	PT	Definición de las tareas
				Usa el microondas en tiempos necesarios
				Utiliza la licuadora
				Enciende y desconecta aparatos eléctricos
				Vira las comidas y evita que se quemen
				Utiliza la arrocera
				Se pone guantes si el agarrador está caliente
				Usa batidora

IM = Independiente motivado
IE = Independiente estimulado
CAD = Con alguna dificultad
PT = Por trabajar

Preparación de alimentos
Encendido de la estufa

IM	IE	CAD	PT	Definición de las tareas
				Prende el encendedor
				Pone el encendedor en el quemador
				Da vuelta a la perilla de la estufa o el horno
				Abre el horno y coloca el encendedor dentro

IM = Independiente motivado
IE = Independiente estimulado
CAD = Con alguna dificultad
PT = Por trabajar

X-MEN

Preparación de alimentos
Planeación de comidas Nivel 5

IM	IE	CAD	PT	Definición de las tareas
				Descarta alimentos dañados o expirados
				Sigue lista de compras
				Lee ingredientes de los alimentos
				Compara precios
				Tiene modales en la mesa

IM = Independiente motivado
IE = Independiente estimulado
CAD = Con alguna dificultad
PT = Por trabajar

Jumbo PACK
¡Pruébalo!

Trident

Preparación de alimentos
Preparación de comidas
Nivel 5

IM	IE	CAD	PT	Definición de las tareas
				Prepara desayuno, almuerzo, cena
				Descongela carnes antes de cocinar
				Evita contaminación cruzada

IM = Independiente motivado
IE = Independiente estimulado
CAD = Con alguna dificultad
PT = Por trabajar

Manejo del dinero

IM	IE	CAD	PT	Definición de las tareas
				Reconoce las distintas monedas y billetes
				Cuentas las denominaciones (1 en 1,5 en 5…)
				Conoce detalles de los pagos (recibos, vuelto)
				Ordena los billetes en la billetera

IM = Independiente motivado
IE = Independiente estimulado
CAD = Con alguna dificultad
PT = Por trabajar

Manejo del dinero
Presupuesto – Nivel 5

IM	IE	CAD	PT	Definición de las tareas
				Paga sus cuentas
				Hace presupuesto de sus gastos
				Usa cajero automático teniendo precauciones
				Deposita dinero en el banco

IM = Independiente motivado
IE = Independiente estimulado
CAD = Con alguna dificultad
PT = Por trabajar

IM	IE	CAD	PT	Definición de las tareas
				Friega platos y utensilios y coloca en escurridor
				Bota la basura
				Hace lavandería

IM = Independiente motivado
IE = Independiente estimulado
CAD = Con alguna dificultad
PT = Por trabajar

Limpieza de la casa

Mantenimiento – Nivel 5

IM	IE	CAD	PT	Definición de las tareas
				Cambia focos cuando los ve quemados
				Destapa el servicio si está tapado
				Compra tanque de gas cuando se acaba
				Manda a reparar electrodomésticos si están dañados
				Trapea y aspira
				Cuida del jardín si lo tiene
				Llama personal de mantenimiento (pintura o daños)

IM = Independiente motivado
IE = Independiente estimulado
CAD = Con alguna dificultad
PT = Por trabajar

Movilización - Retos

- **Hipersensibilidad sensorial**
- **Falta de miedo al peligro**
- **Problemas de comunicación**
- **Ansiedad**
- **Impulsividad**

Movilización

- **Lograr la movilización exitosa del joven con autismo depende de la *actitud* de sus cuidadores y el trabajo que hayan realizado desde chico (modificación de conducta, integración sensorial)**
- **El *ambiente* en el cual se desenvuelve**

Fuente: The National Autism Society

Movilización - Actitud

- Cortar el cordón umbilical – Perder el miedo y trabajar para que el joven logre movilizarse
- Iniciar por no agarrarle la mano
- Caminar a unos pasos detrás para que el joven tome sus propias decisiones pero a la vez poder darle instrucciones
- Si va a pie seguirlo paralelamente en auto

- **Poner la información del joven en su cartera y enseñarle a cargarla**
- **Practicar en horas menos congestionadas**
- **Hacer de la movilización un hábito (diario, semanal)**
- **Un fin para alcanzar un destino (casa, parque, escuela, trabajo)**

Movilización - Actitud

Movilización - Actitud

- **Involucrar a los miembros de la familia, maestros y vecinos**
- **Sensibilizar a los dependientes de tiendas en el vecindario (lavandería, supermercaditos, refresquerías, barberías)**
- **Distancias cortas, pequeños mandados**

Movilización - Actitud

- A medida que el joven gana confianza se le aumentan las distancias solo
- Mientras un cuidador está al inicio del trayecto el otro lo espera al final
- Tomarle foto de la vestimenta
- Comunicarse por celular

Movilización - Actitud

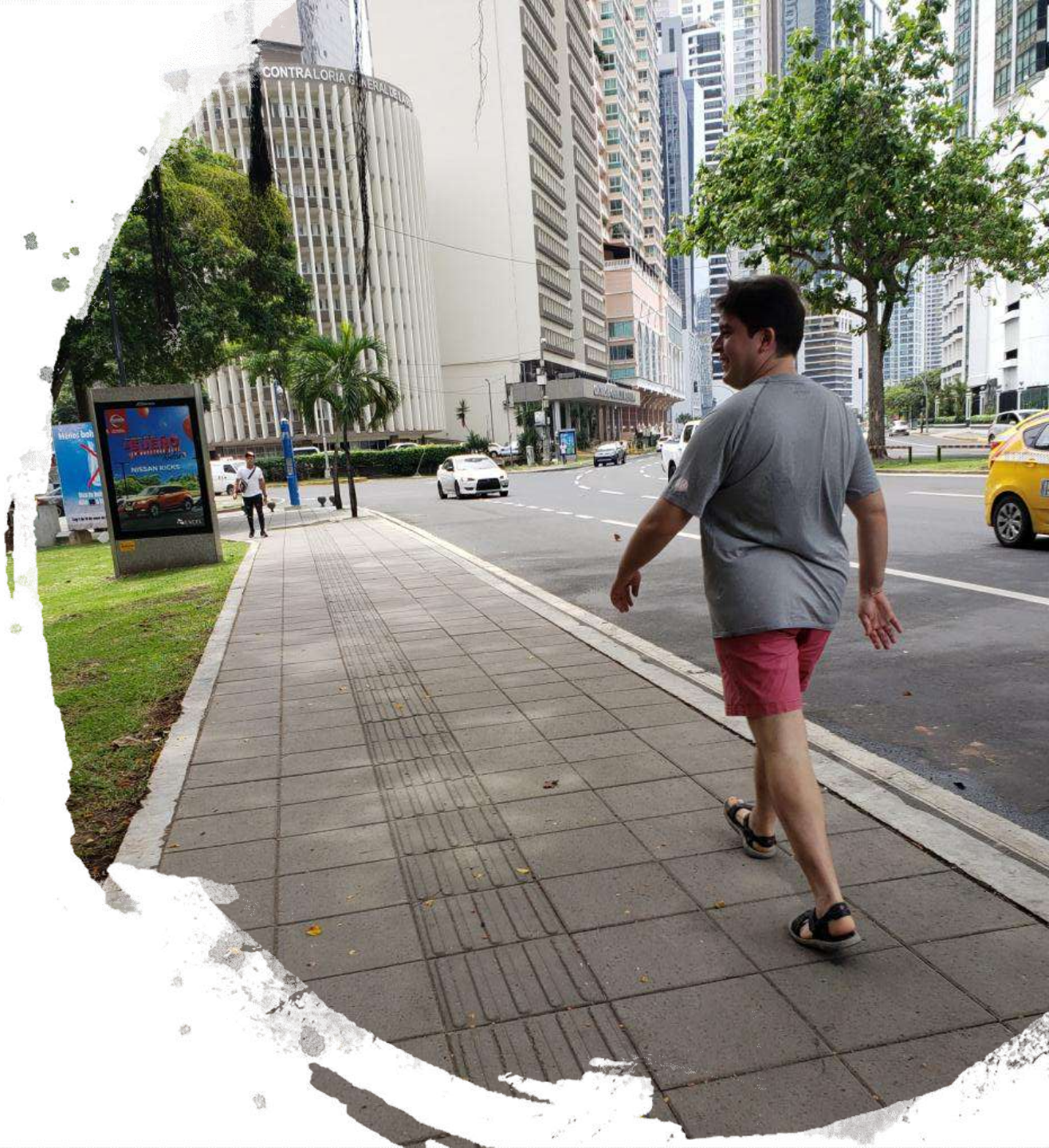
- Para enseñar a montar bus iniciar montando con sus cuidadores
- Una ruta recta que le sea conocida
- Cuando vaya sin el cuidador comunicar al conductor de la parada final
- Seguir al bus de cerca
- Acompañar con otro joven

Movilización – Retos del Ambiente

- No hay suficientes aceras
- Las aceras están llenas de obstáculos (carros, huecos, postes, basura)
- Falta de líneas de seguridad
- Poca cortesía en el manejo
- Inundaciones

Movilización – Ambientes amigables

- Pueblos
- Conjuntos residenciales cerrados
- Centros comerciales (cuando han cerrado las tiendas)
- Parques
- Boulevares



VICTORIA'S SECRET
BEAUTY & ACCESSORIES

Movilización - Ambiente

- Se necesita un programa llevado por los estamentos de seguridad para asistir al joven en la calle cuando necesitara
- Estos programas, que existen en otros países, se espera implementar con la Policía Nacional

Movilidad – Nivel 5

IM	IE	Movilización	%	Puntaje
		Recarga la tarjeta del bus	5	
		Conoce las rutas para su destino	8	
		Sabe hacer trasbordos	10	
		Puede llamar a un taxi	7	
		Cruza calles sin ayuda	10	

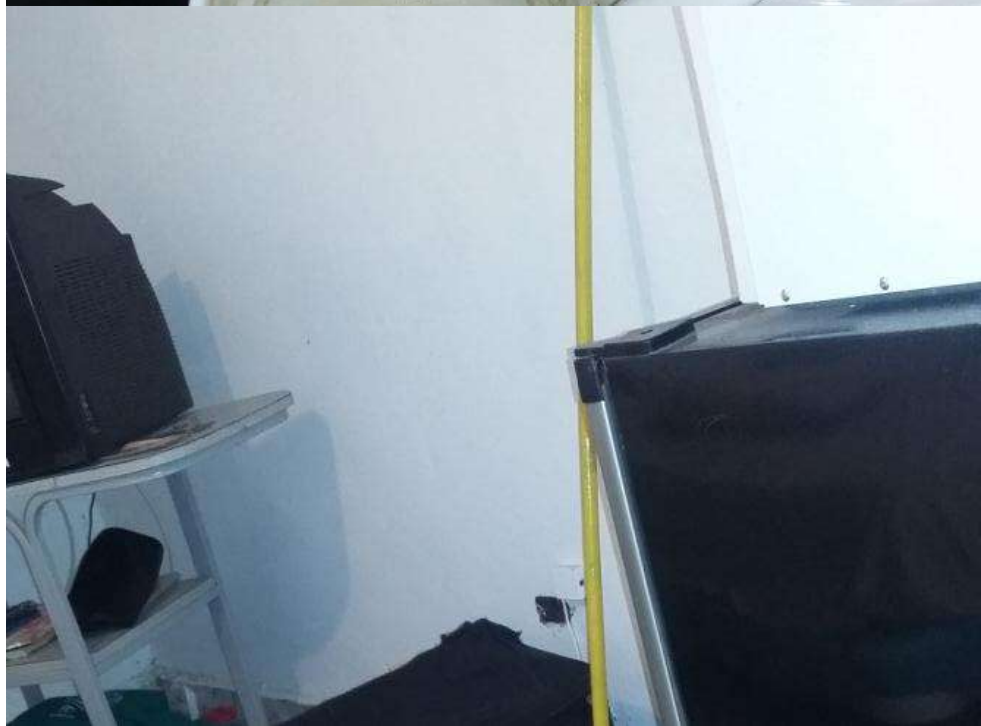
IM = Independiente motivado
IE = Independiente estimulado

Historias de éxito

- Uno de nuestros estudiantes vive solo en un apartamento
- Es de alto funcionamiento
- Maneja su propio auto en ciertas rutas
- Los padres pagan a una empleada para que ayude en la limpieza
- Es monitoreado por teléfono diariamente

Historias con retos

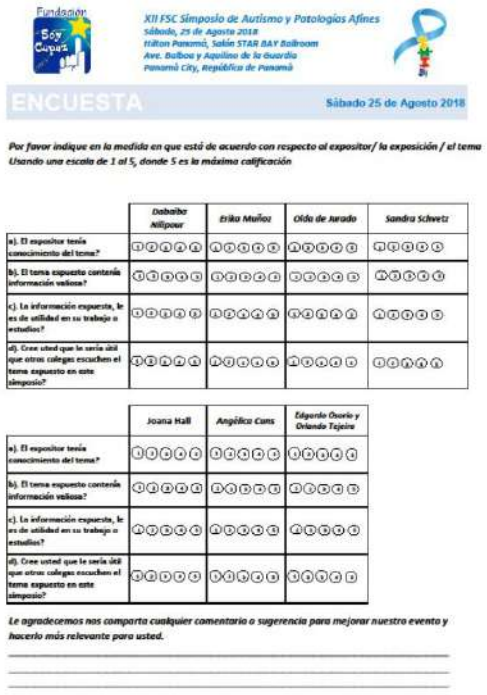
- Uno de nuestros estudiantes estuvo viviendo solo por 1 año
- **Es de alto funcionamiento**
- Trabaja y se moviliza a pie
- **Dificultades en habilidades de la vida diaria (cocinar, limpieza, aseo personal)**



El mejor regalo que un padre puede dejarle a un hijo es su educación

---

El mejor regalo que un padre puede dejarle a un hijo con autismo es su independencia



Fundación Soy Capaz

XII FSC Simposio de Autismo y Patologías Afines
Sábado, 25 de Agosto 2018
Hilton Panamá, Salón STAR BAY Ballroom
Ave. Balboa y Aquilino de la Guardia
Panamá City, República de Panamá

ENCUESTA Sábado 25 de Agosto 2018

Por favor indique en la medida en que está de acuerdo con respecto al expositor/ la exposición / el tema
Usando una escala de 1 al 5, donde 5 es la máxima calificación

	Dabaiba Nilipour	Erika Muñoz	Olda de Jurado	Sandra Schvetz
a). El expositor tenía conocimiento del tema?	① ② ③ ④ ⑤	① ② ③ ④ ⑤	① ② ③ ④ ⑤	① ② ③ ④ ⑤
b). El tema expuesto contenía información valiosa?	① ② ③ ④ ⑤	① ② ③ ④ ⑤	① ② ③ ④ ⑤	① ② ③ ④ ⑤
c). La información expuesta, le es de utilidad en su trabajo o estudios?	① ② ③ ④ ⑤	① ② ③ ④ ⑤	① ② ③ ④ ⑤	① ② ③ ④ ⑤
d). Cree usted que le sería útil que otros colegas escuchen el tema expuesto en este simposio?	① ② ③ ④ ⑤	① ② ③ ④ ⑤	① ② ③ ④ ⑤	① ② ③ ④ ⑤

	Joana Hall	Angélica Cuns	Edgardo Osorio y Orlando Tejeira
a). El expositor tenía conocimiento del tema?	① ② ③ ④ ⑤	① ② ③ ④ ⑤	① ② ③ ④ ⑤
b). El tema expuesto contenía información valiosa?	① ② ③ ④ ⑤	① ② ③ ④ ⑤	① ② ③ ④ ⑤
c). La información expuesta, le es de utilidad en su trabajo o estudios?	① ② ③ ④ ⑤	① ② ③ ④ ⑤	① ② ③ ④ ⑤
d). Cree usted que le sería útil que otros colegas escuchen el tema expuesto en este simposio?	① ② ③ ④ ⑤	① ② ③ ④ ⑤	① ② ③ ④ ⑤

Le agradecemos nos comparta cualquier comentario o sugerencia para mejorar nuestro evento y hacerlo más relevante para usted.

Fundación Soy Capaz

XII FSC Simposio de Autismo y Patologías Afines
Sábado, 25 de Agosto 2018
Hilton Panamá, Salón STAR BAY Ballroom
Ave. Balboa y Aquilino de la Guardia
Panamá City, República de Panamá

ENCUESTA GENERAL Sábado 25 de Agosto 2018

Por favor indique en la medida en que está de acuerdo con respecto al lugar/ la organización / los temas,
Usando una escala de 1 al 5, donde 5 es la máxima calificación

	1	2	3	4	5
a). El lugar del evento era adecuado?	○	○	○	○	○
b). El evento estuvo bien organizado?	○	○	○	○	○
c). La alimentación y servicio del lugar fue satisfactorio?	○	○	○	○	○
d). Los temas tratados le parecieron relevantes	○	○	○	○	○
e). La Puntualidad y tiempo asignado del evento	○	○	○	○	○

	Sí	No	No Sé
1). Volvería usted asistir a otro evento organizado por la Fundación Soy Capaz?	○	○	○

Le agradecemos nos comparta cualquier comentario o sugerencia para mejorar nuestro evento y hacerlo más relevante para usted.

La encuesta

Recuerden

- ✓**Llamarnos o escribirnos si tienen alguna pregunta**
- ✓ **Apuntarse como voluntarios en nuestros talleres**
- ✓**Colaborar con la compra de ítems promocionales de autismo y los que han hecho los chicos en los talleres**
- ✓**Nos vemos en nuestra caminata #13, celebrando el día mundial del autismo el día sábado 6 de abril, 2020 en el P Omar**

Recuerden

- ✓Seguirnos en las redes sociales FB, Twitter, Instagram
- ✓Visitar nuestra página www.fundacionsoycapaz.org.pa
- ✓Circular nuestros boletines mensuales
- ✓Consultar el directorio de especialistas y centros de atención en nuestra página web

Muchas Gracias