



Grupos de apoyo, grupos de autoayuda y compañeros mentores



Los grupos de apoyo difieren de los grupos de autoayuda en el hecho de que están conducidos por terapeutas profesionales y no por miembros del grupo. (Definición de Inside MS, abril-junio de 2004, p. 53.) Tenga presente que no todos reconocen esta distinción y usted debe consultar por las credenciales de la persona que dirige el grupo si necesita ayuda profesional. Es posible que encuentre otros términos para estos

grupos, como compañeros mentores, instrucción de compañeros, apoyo de compañeros, etc.

La Fundación Reeve tiene un Programa de Apoyo de Compañeros y Familiares en el que los mentores están certificados por la Fundación Reeve. Si le interesa consultar a un mentor de la Fundación Reeve, visite la página web en: www.ChristopherReeve.org/ProgramaPFSP.

Recursos (en español)

Compañero de Padres: Consejos para empezar un grupo de apoyo para padres
<https://www.parentcompanion.org/articulo/tips-to-start-a-parent-support-group>

Recursos (en inglés)

Facing Disability: For Families Facing Spinal Cord Injuries
www.facingdisability.com

Un grupo de apoyo para familiares de una persona con una lesión medular; también ofrece orientación de compañeros para personas con lesiones medulares.

Tragedy Assistance Programs for Survivors (TAPS)
Programa de Asistencia de tragedias para los sobrevivientes
www.TAPS.org

3033 Wilson Blvd., Third Floor
Arlington, VA 22201

Teléfono: 800-959-TAPS (8277)

Correo electrónico: info@taps.org

TAPS es una organización sin fines de lucro que ofrece cuidados compasivos a todas las personas que hacen el duelo por la muerte de un ser querido que servía en las Fuerzas Armadas. Desde 1994, TAPS ha brindado consuelo y esperanza las 24 horas del día, los siete días de la semana a través de una red nacional de apoyo de compañeros y la conexión con recursos para el duelo, todo sin costo para las familias y los seres queridos sobrevivientes.

Grupos de apoyo

Comuníquese directamente con los siguientes grupos de apoyo para chequear si tienen grupos en español. Los que han publicado grupos u opciones en español estarán resaltados en esta lista.

Arizona

East Valley Support Group (COMPASS)

Granite Reef Sr. Ctr.
1700 N. Granite Reef Rd.
Scottsdale, AZ 85257
Teléfono: 602-241-1006
Contacto: Pauline Staples

Todos los terceros viernes de cada mes, de 2:00 p. m. a 4:30 p. m.

Flagstaff Support Group

Northern Arizona Health Care Training Center

1200 N. Beaver St.

Flagstaff, AZ 86001

Teléfono: 928-527-8567

Contacto: Al White

Todos los primeros martes de cada mes, de 2:00 p. m. a 3:30 p. m.

Grupo de apoyo en español

Gentiva Rehab Without Walls, 7227 N 16th St #107, Phoenix, Arizona,

Teléfono: 480-390-5240

Contacto: Diane Hendrix

El grupo de apoyo en español para personas con traumatismos cerebrales y lesiones de la médula espinal. Este grupo desarrolla actividades recreativas y educativas. Cuándo: Cada segundo sábado del mes. Se debe llamar para poder asistir.

Prescott Support Group

Mountain Valley Regional Rehabilitation

3700 W. Windsong Dr.

Prescott Valley, AZ 86314

Teléfono: 928-759-8800

Contacto: Jo Crawford

El primer jueves de cada mes a las 6:00 p. m.

SCI Women Support Group

Disability Empowerment Center

5025 E. Washington St., Suite 110

Phoenix, AZ 85034-7437

Teléfono: (602) 507-4209

Contacto: Donna Powers

Todos los segundos martes de cada mes, de 6:30 p. m. a 8:00 p. m.

Grupo de apoyo Wheel Life Group en Dignity Health St. Joseph's Hospital and Medical Center

Este grupo de apoyo forma parte de la Arizona Spinal Cord Injury Association y se reúne los primeros miércoles de cada mes a las 5:45 p. m. en Sontag Pavillion, 350 W. Thomas Rd. Phoenix AZ 85013. Póngase en contacto con Tammy Abbott-Thiel al 602-406-3421 para pedir más información.

California

Leon S. Peter's Rehabilitation Center, Community Regional Medical Center

2823 Fresno St.

Fresno, CA 93721

Teléfono: 559-459-2789

Contacto: Lynne Jarman
Se reúne el tercer miércoles mes por medio.

Tri-county Independent Living Center

139 5th St.
Eureka, CA 95501
Teléfono: 707-445-8404

Bay Area Spinal Cord Injury Peer Group (Berkeley)

www.facebook.com/groups/scipeersupport/
Ed Roberts Campus
3075 Adeline St.
Berkeley, CA 94703
Teléfono: 415-205-3882; 510-868-9175 (Contacto: Tom Shankle)
Correo electrónico: spinalnetwork@everydayabilities.org
Se reúne el segundo jueves del mes, de 6:00 a 8:30 p. m.

Napa Spinal Cord Injury Network

www.facebook.com/Napaspinalcordinjurynetwork?ref=hl
Community Outreach Center
3448 Villa Lane, Suite 102
Napa, CA 94558
Teléfono: 707-299-9123 (Contacto: Jim Burnett)
Correo electrónico: Jburnettd@aol.com
Se reúne el último viernes del mes, de 1:00 a 2:00 p. m.

Lista de grupos de apoyo de NorCal SCI

<https://norcalsci.org/support-groups>
NorCal SCI también ofrece grupos de apoyo familiares para familias y amigos de personas con lesiones de la médula espinal. <https://norcalsci.org/family-support>

San Francisco Bay Area Spinal Network

www.facebook.com/groups/scipeersupport/
Independent Living Resources Center of SF
825 Howard St
San Francisco, CA 94103
Teléfono: 415-205-3882 (Contacto: Tom Shankle); 510-868-9175
Correo electrónico: spinalnetwork@everydayabilities.org
Se reúne el cuarto jueves del mes, de 6:00 a 8:30 p. m.

Red de apoyo de compañeros del Santa Clara Valley Medical Center

<https://www.scvmc.org/home>
751 South Bascom Ave.
San Jose, CA 95128
Teléfono: 408-885-5000
Ofrecen diversos grupos de apoyo para personas con lesiones de la médula espinal, incluso uno para mujeres y uno para personas recientemente lesionadas y sus familias.

SCI Peer Support Group of Solano & Contra Costa Counties

www.ilrsc.org

<https://www.facebook.com/pages/category/Public-Figure/SCI-Peer-Support-Group-of-Solano-Contra-Costa-Counties-207904149302258/>

1850 Gateway Blvd, Suite 120

Concord, CA 94520

Teléfono: 925-363-7293 (Contacto: Michael Hopfe)

Correo electrónico: Michaelh@ilrsc.org

Roseville Area SCI Peer Support Group

6 Medical Plaza Dr.

Roseville, CA 95661

Teléfono: 916-872-3083 (Contacto: Todd Boyer)

Correo electrónico: Toddboyer@comcast.net

Se reúne el primer jueves del mes, de 6:30 a 8:00 p. m.

Sacramento SCI Support Group

SCI-FIT Building

2404 Del Paso Road

Sacramento, CA 95834

Teléfono: 209-200-7153 (Contacto: Charlene Vine)

Correo electrónico: charvine@sbcglobal.net

Se reúne el primer miércoles del mes, de 6:00 a 8:00 p. m.

UC Davis Hospital SCI Peer Support

2315 Stockton Blvd., Room 0343

Sacramento, CA 95817

Davis Tower Room 1704

Teléfono: 916-816-6347 (Contacto: Holly Bleasdale)

Correo electrónico: hdbleasdale@ucdavis.edu

Se reúne todos los miércoles, de 3:00 a 4:00 p. m.

Santa Clara County: SCI Connections

www.facebook.com/rehabresearchcenter

Bascom Community Center

751 S. Bascom Ave

San Jose, CA 95128

Teléfono: 408-793-6433 (Contacto: Robert Medel)

Correo electrónico: Robert.Medel@hhs.sccgov.org

Se reúne el tercer jueves del mes, de 6:30 a 8:30 p. m., y está disponible en línea/por webcast.

Sonoma County SCI Support Group

www.facebook.com/groups/810812255653338/

7 Indigo Dr. # 102

Petaluma, CA 94954 (Location may change)

Teléfono: 860-614-8351 (Contacto: Stan Kosloski)

Correo electrónico: stankosloski@gmail.com

Se reúne el tercer lunes del mes, de 5:00 a 6:30 p.m.

Carolina Del Sur

Chester County Chapter Peer Support Group Meeting

135 Wylie St.

Chester, SC

Teléfono: 803-482-4389

Todos los terceros martes de cada mes a las 5:30 p.m.

Contacto: Lee Carter (<mailto:llctcarter@chestertel.com>)

Columbia, SC Area Support Group

2935 Colonial Drive

Columbia, SC

Teléfono: 803-252-2198

Todos los últimos martes de cada mes a las 6:30 p.m.

Contacto: Diane Epperly (<mailto:scscia@att.net>)

Florence, SC Area Support Group

900E Cheves St.

Florence, SC

Teléfono: 803-459-4171

Todos los cuartos jueves de cada mes de 4 a 6 p.m.

Contacto: Ronnie McFadden (<mailto:ronnielmc@yahoo.com>)

Orangeburg, SC Area Support Group

3000 Matthews Rd

Orangeburg, SC

Teléfono: (803) 829-2043

Todos los segundos jueves de cada mes a las 6:30 p.m.

Contacto: : Rebecca Felder(<mailto:Rebecca.felder@yahoo.com>)

Spartanburg, SC Area Support Group

101 St. Matthews Lane

Spartanburg, SC

Teléfono: (864) 595-1947

Se reúne todos los terceros jueves a las 6:15 p.m.

Contacto: Dot Colson (<mailto:DColson@Dennys.com>)

Florida

Brookdale Center at the NCH Healthcare System

<https://nchmd.org/services/geriatrics/>

11190Health Park Blvd

Naples, FL 34110

Teléfono: 239-624-5700

Ha entablado una relación con la Brain Injury Peer Visitor Association de Alpharetta, GA, para ofrecer visitantes compañeros a los pacientes. Ofrece grupos de apoyo para lesiones cerebrales, accidentes cerebrovasculares y cuidadores.

Greater Orlando Spinal Cord Injury (SCI) Network

www.goscin.org

100 West Gore Street, Suite 104
Orlando, Florida, 32806
Teléfono: (407) 900-6724
Contacto: Bob Melia

HEALTHSOUTH - Sea Pines Rehabilitation Hospital

101 East Florida Ave., Melbourne, Florida, 32901
Teléfono: 321-984-4600
Contacto: Laura Leitz

HEALTHSOUTH - Tampa Bay Area Support Group

c/o Florida SCI Resource Center

901 N. Clearwater Largo Rd., Largo, Florida, 33770
Teléfono: 727-586-2999
Contacto: Pattie Brenner

Memorial Regional Hospital South

<https://www.mhs.net/services/rehabilitation/conditions/spinal-cord>

3600 Washington St.

Hollywood, FL 33024

Teléfono: 954-987-2000

Correo electrónico: vleyland@mhs.net

Memorial South ofrece servicios para pacientes internados y ambulatorios con parálisis. Brindan tratamiento para la médula espinal, rehabilitación y apoyo integral destinados a optimizar la recuperación, restablecer las funciones y, de ser necesario, ayudar a adaptarse a una nueva forma de vida. Se ofrecen mentores con lesiones de la médula espinal y grupos de apoyo en el lugar y por Zoom.

Spinal Cord Injury Support Group – División de Broward

<http://www.scisq.org/broward-chapter>

c/o Encompass Health

4399 Nob Hill Road

Sunrise, FL 33351

Contacto: Ryan Gebauer

Teléfono: 954-696-7204

Correo electrónico: rmgebauer@gmail.com

Spinal Cord Injury Support Group – División de Miami

Christine Lynn Rehab

<http://www.scisq.org/miami-chapter>

1611 NW 12th Ave.

Miami FL 33136
Contacto: Anson James
Teléfono: 407-637-7774
Correo electrónico: ansonansonj@aol.com

Spinal Cord Injury Support Group – División de Palm Beach
c/o **St. Mary's Medical Center**
<http://www.scisg.org/palmbeach-chapter>
901 NW 45th St.
West Palm Beach FL 33407
Contacto: Peggy Domitz
Teléfono: 954-471-8844
Correo electrónico: cheffouru@att.net

West Florida Rehabilitation Institute
<https://www.hcafloridahealthcare.com/locations/west-hospital/specialties/physical-therapy-and-rehabilitation>
8383 N. Davis Hwy.
Pensacola FL 32514
Teléfono: 850-494-6100
Correo electrónico: Carrie.Rayburn@gmail.com

Su grupo de apoyo y de reuniones para está dirigido a personas afectadas por lesiones de la médula espinal y sus familiares/cuidadores. Un grupo se reúne el segundo martes de cada mes de 2:30 p.m. a 3:30 p.m. en los Salones de Rehabilitación de la Comunidad.

Georgia

Columbus SCI Support Group
Teléfono: 706-322-9039
Contacto: Ramona Cost; rvcost@mindspring.com

HEALTHSOUTH Central GA Rehab Hospital
3351 Northside Dr.
Macon, Georgia, 31210
Teléfono: 478-201-6500
Se reúnen el primer martes de cada mes a las 6:30 p.m. en la cafetería del Central GA Rehab Hospital.

Indiana

Spinal Cord Support Group
Hook Rehabilitation Outpatient Services
8501 E. 56th Street, Suite 140 Indianapolis, IN 46216
Teléfono: 317-621-3000
Contacto: Holly Hons
Primer jueves del mes a las 6:00 p. m., previa reserva por teléfono.

Kansas

University of Kansas Health System

<http://www.kumed.com/>

3910 Rainbow Blvd.

Kansas City, KS 66160

Teléfono: 913-588-1227

Teléfono del grupo de apoyo para LME: 913-588-7815

El Programa para Lesiones de la Médula Espinal del Sistema de Salud de la University of Kansas (un centro de trauma de nivel 1) ofrece servicios integrales y un grupo de apoyo para las lesiones medulares que se reúne el segundo jueves de cada mes. Para obtener más información sobre el grupo de apoyo, llame al 913-588-7815.

Kentucky

Friends with Spinal Cord Injuries

3785 Hwy 95

Benton, Kentucky, 42025

Teléfono: 270-493-0495

Contacto: Andrea Coffman

Se reúne el tercer jueves del mes a las 4 p. m. (a veces eso cambia, según quién sea el orador). Está afiliado al Lourdes Hospital de Paducah, Kentucky y a la Spinal Cord Injury Association de Kentucky. Su misión es brindarles a las personas con lesiones de la médula espinal el alivio de saber que no están solas en el mundo.

Maine

New England Rehabilitation Hospital SCI/D Support Group

<https://www.encompasshealth.com/locations/nerhp/our-programs>

335 Brighton Ave.

Portland ME 04102

Teléfono: 207-775-4000

Un grupo de apoyo para las lesiones y enfermedades de la médula espinal que se reúne el segundo martes de cada mes de 4 a 5:30 p.m.

Maryland

Instituto de Rehabilitación y Ortopedia (antes conocido como Kernan Hospital) de la University of Maryland

Spinal Cord Injury Support Group

<https://www.umms.org/rehab/community/support-groups>

2200 Kernan Drive

Baltimore, Maryland 21207

Teléfono: 410-448-6307

Segundos martes de cada mes de 6 a 8 p. m.

Grupo de apoyo para lesiones de la médula espinal del Kennedy Krieger Institute

<https://www.kennedykrieger.org/patient-care/centers-and-programs/international-center-for-spinal-cord-injury/resources/support-groups-at-the-center-for-spinal-cord-injury>

801 North Broadway, Room 202

Baltimore MD 21205

Teléfono: 443-923-7998

Grupo de apoyo mensual, "Regeneration Generation". Cada mes cuenta con una presentación o un debate sobre un tema nuevo e interesante. Las reuniones se celebran un lunes cada mes de 12 a 2 p. m. y se ofrece el almuerzo a quienes reservan.

Massachusetts

Boston Medical Center Support/Discussion Group Meeting

7 West-Harrison Ave Campus

Boston, Massachusetts, 02111

Teléfono: 617-414-5000

Boston Medical Center - 4:00 p. m. (los terceros martes de cada mes)

Mercy Medical Center Support Group Meeting

<http://www.mercycares.com/body-springfield.cfm?id=64&action=detail&ref=3640>

271 Carew St.

Springfield, MA 01104

Teléfono: 413-748-9920

Mercy Medical Center, el último martes del mes de 6 a 8 p. m. en el Deliso Conference Center (nivel inferior)

Spaulding Support/Discussion Group Meeting

<http://www.spauldingrehab.org/>

300 First Avenue

Charlestown, MA

Teléfono: 617-952-5643

Spaulding Rehab Hospital, todos los jueves de 4 a 5 p. m. en el salón Light House en el piso 6.

Whittier Westborough Support Group Meeting

<https://www.whittierhealth.com/rehabilitation-hospitals-in-massachusetts/whittier-rehabilitation-hospital-westborough-westborough-ma/>

150 Flanders Road

Westborough, MA, 01581

Teléfono: 508-871-2000

Contacto: Lynn

5:00 p. m. (el segundo miércoles del mes)

Mississippi

LIFE of Mississippi

<https://www.lifeofms.com/>

1304 Vine St.

Jackson, MS 39202
Teléfono: 601-969-4009
Línea gratuita dentro de los EE. UU.: 800-748-9398
Un centro de vida independiente que ofrece apoyo de compañeros.

Missouri

Empower: Abilities

<https://empowerabilities.org/>

(opción en español)

2864 S. Nettleson Ave.

Springfield, MO 65807

Teléfono: 417-886-1188

Un centro para la vida independiente que ofrece grupos de apoyo para LME y pospoliomielitis.

Nueva Jersey

NJ Self Help Group Clearinghouse

1-800-367-6274 o 973-989-1122 (de lunes a viernes, de 8:30 a.m. a 5 p.m.)

Nueva York

Long Island Spinal Cord Injury Resource Center

<https://www.nyconnects.ny.gov/providers/long-island-spinal-cord-injury-resource-center-sofa-ag-435143>

3445 Edgerton Ave

Wantagh, NY 11793

Teléfono: 516-729-1061

Contacto: [Ron Quartararo](#)

Un proyecto del Testaverde Fund for Spinal Cord Injury Inc. Ubicación (lugar de reunión): Wantagh, Long Island, NY. Se reúne los primeros martes de cada mes (sujeto a cambios). Trabaja para financiar la investigación para una cura para las lesiones de la médula espinal, promover la educación sobre la lesión medular a través de las escuelas y proveer asistencia y apoyo a familias que tienen un ser querido que es víctima de una lesión de la médula espinal.

Syracuse Spinal Association Support Group

www.syracuse-spinal-association.org

Correo electrónico: oliviawattles21@gmail.com

El grupo de apoyo se reúne en el edificio ARISE en Syracuse el segundo martes de cada mes a las 5:30 p. m. en:

635 James St.

Syracuse, NY 13203

Ohio

Hillside Rehabilitation Hospital

8747 Squires Lane NE

Warren, Ohio, 44484

Teléfono: 330- 841-3700; 330-841-3709

Nos reunimos el segundo lunes de cada mes a las 5 p. m. en el Occupational/ Center One Gym del Hillside Rehabilitation Hospital. El ingreso es libre.

OSU Dodd Hall Rehabilitation Hospital

SCI Peer Support Group

Dodd Hall, 480 Medical Center Dr.

Columbus OH 43210

Teléfono: 614-408-0085

Correo electrónico: pnowell264@gmail.com

El grupo de apoyo SCI Peer se reúne el primer jueves de cada mes de 4 p. m. a 5:30 p. m. en el Blue Gym en la primera planta del Dodd Hall, cuando es posible. De lo contrario, las reuniones son virtuales. Somos un grupo de apoyo para personas con lesiones medulares y sus cuidadores que comparten experiencias con otras personas. La reunión es informal y el ingreso es libre.

Pennsylvania

Delaware Valley Spinal Cord Injury Assoc.

2610 Belmont Ave.

Philadelphia, Pennsylvania, 19131

Teléfono: 215-477-4946

Contacto: Bruce McElrath

Rehabilitation Hospital of Altoona,

<https://encompasshealth.com/altoonarehab>

2005 Valley View Blvd.

Altoona, PA 16602

Teléfono: 814-944-3535

Rehabilitation Hospital of York

1850 Normandie Dr.,

York, PA 17404

Teléfono: 717-767-6941

Magee Rehabilitation

<https://mageerehab.org/>

1513 Race Street

Philadelphia, PA 19102

Teléfono: 800-966-2433

Tennessee

West Tennessee Spinal Cord Injury

www.westtennspinal.com

Jackson, TN 38305

Renuniones en Patterson Physical Therapy, 176 West University Pkwy, Suite E, Jackson TN

Teléfono: 731-616-3906

Correo electrónico: krobyvia@yahoo.com

Un grupo de apoyo de compañeros que se reúne trimestralmente para proporcionar información, compartir problemas y amistad.

Texas

Spinal Cord Injury Support Group of Austin

St. David's Rehabilitation Hospital

1005 E. 32nd St.

Austin, TX 78705

Teléfono: 512-826-0813

Correo electrónico: pam.fletcher@stdavids.com

El Spinal Cord Injury Support Group of Austin existe para ofrecer apoyo, información y educación a las personas con lesiones medulares nuevas o ya existentes. También ofrece apoyo a las familias, amistades y los cuidadores.

Washington

Northwest Spinal Cord Injury Network

<https://unitedspinal.org/group/northwest-spinal-injury-network-bellingham-wa/>

Bellingham WA 98226

Teléfono: 360-296-5336

Correo electrónico: sciofwhatcom@gmail.com

Grupo de apoyo de compañeros.

La información en este mensaje es presentada con el propósito de educarle e informarle sobre la parálisis y sus efectos. Nada mencionado en este mensaje debe ser tomado como un diagnóstico o tratamiento médico. No debe reemplazar las instrucciones de su doctor o proveedor de salud. Si tiene preguntas sobre su salud por favor llame o visite a su doctor o proveedor de salud calificado inmediatamente. Siempre consulte con su doctor o proveedor de salud antes de comenzar un nuevo tratamiento, dieta o programa de bienestar. Nunca reemplace los consejos de su doctor o deje de buscar atención médica por algo mencionado en este mensaje.

Esta publicación cuenta con el apoyo de la Administración para la Vida Comunitaria (ACL), del Departamento de Salud y Servicios Humanos (HHS) de los Estados, como parte de un premio de asistencia financiera por un total de 10 000 000 dólares, financiado en un 100 por ciento por la ACL/HHS. El contenido es de los autores y no representa necesariamente las opiniones oficiales de la ACL/HHS o del Gobierno de los Estados Unidos, ni su respaldo.