



# 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](http://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](http://www.facingdisability.com)

Hill Foundation

737 N. Michigan Ave.

Suite 1560

Chicago, IL 60611

Telefono: 312-284-2525

Correo electronico: [info@facingdisability.com](mailto:info@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](http://www.TAPS.org)

3033 Wilson Blvd., Third Floor

Arlington, VA 22201

Linea gratuita: 800-959-TAPS (8277)

Telefono: 202-588-8277

Correo electrónico: [info@taps.org](mailto: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 5<sup>th</sup> St.

Eureka, CA 95501

Teléfono: 707-445-8404

### **Bay Area Spinal Cord Injury Peer Group (Berkeley)**

[www.facebook.com/groups/scipeersupport/](http://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](mailto: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](http://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: [Jburnetddd@aol.com](mailto:Jburnetddd@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/](http://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](mailto: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://scvmc.scvh.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](http://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](mailto: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](mailto: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](mailto: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: [hbleasdale@ucdavis.edu](mailto:hbleasdale@ucdavis.edu)

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

### **Sonoma County SCI Support Group**

[www.facebook.com/groups/810812255653338/](http://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](mailto: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

### **Encompass Health Rehabilitation Hospital of Naples**

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

14305 Collier Blvd

Naples, FL 34119

Teléfono: 239-383-6000

Ofrece grupos de apoyo para lesiones cerebrales, accidentes cerebrovasculares y amputados.

### **Greater Orlando Spinal Cord Injury (SCI) Network**

[www.goscin.org](http://www.goscin.org)

1070 Montgomery Road, #2116

Altamonte, Florida, 32714

Teléfono: 888-265-4890

Correo electrónico: [Info@GOSCIN.org](mailto:Info@GOSCIN.org)

### **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: 954-518-5542

Correo electrónico: [vleyland@mhs.net](mailto: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](mailto:rmgebauer@gmail.com)

### **Spinal Cord Injury Support Group – División de Miami**

**Christine Lynn Rehab**

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

1611 NW 12<sup>th</sup> Ave.

Miami FL 33136



Contacto: Anson James  
Teléfono: 407-637-7774  
Correo electrónico: [ansonansonj@aol.com](mailto: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 45<sup>th</sup> St.

West Palm Beach FL 33407

Contacto: Peggy Domitz

Teléfono: 954-471-8844

Correo electrónico: [cheffouru@att.net](mailto:cheffouru@att.net)

**Georgia**

**Columbus SCI Support Group**

Teléfono: 706-322-9039

Contacto: Ramona Cost; [rvcost@mindspring.com](mailto: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. 56<sup>th</sup> 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**

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

3910 Rainbow Blvd.

Kansas City, KS 66103

Teléfono: 913-588-1227

Teléfono del grupo de apoyo para lesiones medulares: 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 los accidentes cardiovasculares 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: 410-448-6264

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

Contacto: Lara Collender

Teléfono: 443-923-7998

Correo electrónico: [Collender@KennedyKrieger.org](mailto:Collender@KennedyKrieger.org)

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 martes cada mes a las 12:15 pm virtualmente.

## 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**

<https://www.trinityhealthofne.org/location/mercy-medical-center-4>

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**

<https://spauldingrehab.org/patient-support/support-groups>

311 Service Rd,

East Sandwich, MA 02537

Contacto: Chris Ray

Correo electrónico: [stocatree1@yahoo.com](mailto:stocatree1@yahoo.com)

Teléfono: 617-952-5643

Spaulding Rehab Hospital, primeros jueves de cada mes, de 6 a 7:30 p. m. (También hay grupos en línea ofrecidos por Greater Boston Chapter of United Spinal. Comuníquese con Heidi Estrada por correo electrónico [heidi@sciboston.org](mailto:heidi@sciboston.org) para más información)

## **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)

1450 W Cambridge St

Springfield, MO 65807

Teléfono: 417-886-1188

Correo electrónico: [info@empowerabilities.org](mailto:info@empowerabilities.org)

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: 516-221-9255

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**

<https://syracusespinalassociation.org/>

Correo electrónico: [syracusespinalassociation@gmail.com](mailto:syracusespinalassociation@gmail.com)

Teléfono: 315-751-4682

El grupo de apoyo se reúne en el edificio ARISE en Syracuse el segundo martes de cada mes a las 6 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](mailto: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

### **Jefferson Moss-Magee Rehabilitation**

<https://mageerehab.jeffersonhealth.org/rehab-services/spinal-cord-injury/>  
1513 Race Street  
Philadelphia, PA 19102  
Teléfono: 215-587-3000

## Tennessee

### **Spinal Cord Plus**

<https://www.wth.org/support-groups/>  
620 Skyline Dr.  
Jackson, TN 38305  
Línea gratuita: 1-888-425-6930  
to Reign Britton  
Telefono: 731-541-5396  
Para informacion sobre los dias y la hora que se reúne el grupo por favor llame a línea gratuita o Reign Britton

## Texas

### **Spinal Cord Injury Support Group of Austin**

St. David's Rehabilitation Hospital  
1005 E. 32<sup>nd</sup> St.  
Austin, TX 78705  
Teléfono: 512-826-0813  
Correo electrónico: [pam.fletcher@stdavids.com](mailto: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 System

<https://sci.washington.edu>

Bellingham WA 98226

Teléfono: 360-296-5336

Correo electrónico: [sciofwhatcom@gmail.com](mailto: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.