

LA TEORIA DE LAS CUCCHARAS

La teoría de las cucharas, creada por Christine Miserando, es una metáfora para explicar el trabajo mental o físico que una persona con enfermedad crónica necesita para realizar actividades cotidianas y cómo pueden convertirse en limitaciones.



SI SOLO TUVIERAS 12 CUCCHARAS AL DÍA ¿EN QUÉ LAS USARÍAS?

Quita 1 cuchara si no dormiste bien, olvidaste tus medicamentos, o te saltaste una comida y 4 si tienes gripe o alguna enfermedad aguda.



ALIADAS POR LA DISAUTONOMÍA

CONTACTO



aliadas_disautonomia



Aliadas por la disautonomia



www.disautonomia.com.mx



Disautonomía_puebla



equilibre_nut



DisautonomíagdI



Paucarbajalc



Libro: "1, 2, 3 por la Disautonomía y todos sus amigos"