ASOCIACIÓN VIGUESA
DE ESCLEROSIS MÚLTIPLE
DE PONTEVEDRA

MEMORIAS
2024

AVEMPO

ÍNDICE

1. Introdución 3
2. Datos oficiais de AVEMPO 4
3. Servizos e actividades 5
- Servizo de Fisioterapia 5
- Pilates 6
- Servizo de Terapia Ocupacional 7
- Servizo de Logopedia 9
- Servizo de Psicoloxía 10
- Servizo de Atención Social 11
- Departamento de Comunicación 13
- Obradoiro de Artesanía 14

4. Número de persoas que asisten aos servicios e actividades 15
5. Número de socios/as AVEMPO 15
6. Persoal contratado ao longo do ano 2024 16
7. Outros recursos humanos 16
8. Actividades destacadas ao longo do ano 2024 17
9. Axudas e subvencións resoltas ao longo do ano 2024 21
10. Estudo 'ExeRVIEM' 23
11. AVEMPO nos medios de comunicación 25
12. Balance económico 2024 71

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

1. INTRODUCIÓN

O ano 2024 foi un ano de **continuidade e novos logros** para a nosa asociación. Durante este ano a nosa entidade seguiu prestando os mesmos servizos que en exercicios anteriores para mellorar a calidade de vida das persoas afectadas de Esclerose Múltiple e dos seus familiares: Fisioterapia, Terapia ocupacional, Logopedia, Atención social e Psicoloxía, combinando a presencialidade na nosa sede de Bouzas coas sesións en formato virtual e a atención domiciliaria.

No ano 2024 en AVEMPO batemos un novo récord coa celebración dun dos nosos principais eventos de visibilidade e recadación de fondos para manter os servizos que ofrecemos: a **XII Carreira Solidaria 'Eu Móvome pola Esclerose Múltiple'** tivo lugar na alameda de Bouzas e superou o número de persoas inscritas da edición anterior. **Máis de 1.550 persoas sumáronse ao noso pelotón solidario**.

Tamén neste ano organizamos varias xornadas para informar e formar sobre a realidade da coñecida como 'enfermidade das mil caras', achegando as informacións máis recentes ás persoas diagnosticadas de EM e os seus familiares. Cabe destacar a xornada **'HablEmos sin tabúes'**, celebrada por primeira vez no Hotel Attica 21 de Vigo e que contou coa presenza de **case unha centena de persoas que abarrotaron a sala**.

En 2024 tamén demos un paso no eido da investigación. Varios dos nosos usuarios e usuarias participaron no **Estudo 'ExeRVIEM'** posto en marcha xunto á Universidade de Vigo, un proxecto de investigación pioneiro que busca explorar os efectos dun programa de fisioterapia baseada no exercicio e realidade virtual para persoas que viven coa Esclerosis Múltiple.

Non podemos pasar por alto que o ano 2024 resultou un ano complicado para a nosa entidade no **ámbito económico**, debido á falta de axudas, á caída dos patrocinadores dos nosos eventos e o aumento dos custos dos mesmos. Pese a todo, grazas ao **esforzo continuo do equipo profesional e voluntariado e o apoio social**, conseguimos saír adiante e facer fronte ás adversidades para dar o mellor de nós.

Tamén no ano 2024 abrimos unha nova porta para a **captación de fondos por parte de empresas privadas**, dispostas a aportar o seu gran de area á nosa asociación, aterrizamos na plataforma Teaming para facilitar a colaboración a través dun euro solidario mensual e **achegámonos ás institucións públicas** para dar a coñecer o noso traballo e a importancia de fondos para mantelo.

Tampouco podemos esquecer que **o 2024 foi un ano de cambios para a nosa asociación, especialmente no ámbito profesional**. Neste ano dixemos adeus a algunhas das persoas que formaron parte da familia de AVEMPO dando o mellor de seu durante anos, para abrir a porta a novas incorporacións profesionais.

A continuación procedemos a detallar a labor da entidade durante o ano 2024.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

2. DATOS OFICIAIS DE AVEMPO

Presidenta: Lara María González Otero. DNI 53180837-F.

Dirección: Rúa Camilo Veiga, 44 Baixo 36208. Bouzas. Vigo.

Teléfonos: 986 29 88 65 – 685 11 33 98.

E-mail: avempovigo@hotmail.com

Facebook: www.facebook.com/avempo

Twitter: www.twitter.com/avempo

Instagram: https://www.instagram.com/avempovigo/

Web: www.avempo.org

Órgano de representación: Xunta Directiva:

Os seguintes titulares dos órganos de goberno e representación da devandita asociación, foron elixidos pola **asemblea xeral extraordinaria de data 16 de xuño de 2023.**

ÓRGANO DE GOBERNO	NOME E APELIDOS
PRESIDENTA	Lara María González Otero
VICEPRESIDENTA	Mónica Reguera Troncoso
SECRETARIA	Belén Ferreira Reguera
TESOUREIRO	Jacobo Caruncho Pérez

Rexistros:

- Nº inscrición Rexistro de entidades prestadoras de Servizos Sociais. RUEPSS: E- 1111.
- Rexistro de entidades de acción voluntaria: O-577.
- Acreditación de inscrición no rexistro de Centros, Servizos e establecementos sanitarios da Comunidade autónoma de Galicia: C-36-001877. Vixente ata 2030.
- Rexistro Provincial: 1996/003990-1.
- Rexistro Municipal do Concello de Vigo: 546-97.
- Declaración de utilidade pública.

Asociación adherida a: AEDEM- COCEMFE.

Forma parte de: FEGADEM.

Entidade membro de: COGAMI.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

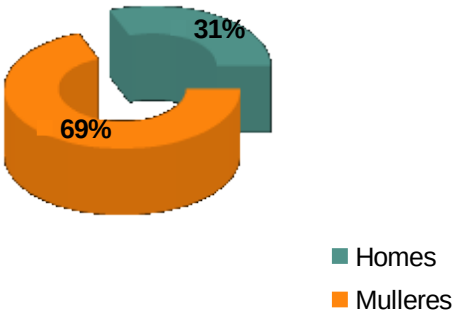
3. SERVIZOS E ACTIVIDADES

SERVIZO DE FISIOTERAPIA

OBXECTIVOS	ACTIVIDADES REALIZADAS
Manter a máxima amplitude articular posible.	Cinesiterapia: activa, resistida, pasiva e activo-asistida (traballo de forza).
Manter ou mellorar a forza muscular.	
Cando sexa posible reeducar o patrón da marcha.	Traballo da marcha, así como exercicios de propiocepción e coordinación.
Reducir a sensación de fatiga se é posible e/o ensinar a xestionala de maneira eficiente.	Traballo coas necesidades específicas de cada usuario e ofrecer pautas para xestión en momentos de pico de fatiga.
Manter ou mellorar o estado do chan pélvico.	Exercicios chan pélvico (Kegel, hipopresivos..)
Reeducar o patrón respiratorio e a mobilidade costal.	Exercicios respiratorios (activos e activo-asistidos)
Incorporar técnicas de tratamento ás actividades da vida diaria co fin de reforzar a rehabilitación.	Ensinar pautas tanto ao usuario como á súa contorna para poder aumentar os beneficios da rehabilitación.
Manter ou mellorar o estado dos tecidos brandos.	Estiramentos miotendinosos e masaxe terapéutico (analxésico, retorno venoso, relaxante...)
Proporcionar aos familiares e coidadores pautas para unha correcta mobilización do afectado.	Exercicios de mobilización e transferencias con familiares ou coidadores.

RESULTADOS OBTIDOS:

- Ao longo do ano 2024, asistiron ao servizo de fisioterapia **83 persoas das cales: 4 foron atendidos en domicilios, 3 sesións de fisioterapia realizáronse online e 76 persoas acudiron ao local de Avempo**. A media mensual de usuarios é de 61.



CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

- **Gráfico: *"Usuarios/as do servizo de Fisioterapia en 2024"***

Fonte: elaboración propia de AVEMPO

- En canto a descrición xeral do servizo, ofreceuse fisioterapia de luns a venres. O servizo estivo cuberto por **tres fisioterapeutas** a tempo parcial cubrindo unha media de **82 horas semanais** (72 no local, 6 horas en domicilios e 4 online).
- Realizáronse **21 valoración iniciais** a novos usuarios, dos cales 16 precisaron acudir ao servizo de fisioterapia de forma continuada e 6 de forma temporal. Producíronse 14 baixas do servizo.

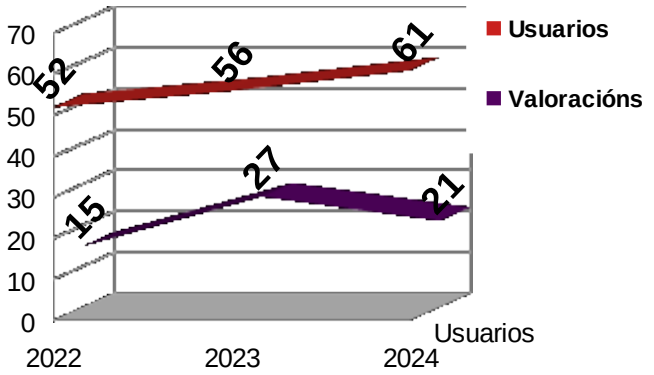


Gráfico: *"Evolución de usuarios/as do servizo de Fisioterapia e valoracións iniciais""*

Fonte: elaboración propia de AVEMPO

OUTRAS ACTIVIDADES: Terapia con lentes de Realidade Virtual

Durante os meses de xaneiro, febreiro e marzo colaboramos coa Universidade de Vigo na realización **dun estudo pioneiro** que pretendía analizar os posibles beneficios, en persoas con Esclerose Múltiple, dun **programa de exercicio terapéutico con lentes de Realidade irtual**. Participaron unha vintena de usuarias e usuarios e obtívose un alto grao de satisfacción por parte todos. Espérase para o próximo ano continuar a colaboración con outro estudo para analizar máis en profundidade os beneficios do uso de realidade virtual na rehabilitación en Esclerose Múltiple.

PILATES

Dentro da Área de Fisioterapia este ano deuse continuación ao servizo de Pilates, que consiste na **práctica dun conxunto de exercicios de baixo risco**, que conseguen mellorar tanto o estado físico como o emocional das persoas afectados de Esclerosis Múltiple.

A actividade levouse a **acabo os martes de 12.45 a 14.00 e os mércores de 18.20 a 19.35**. Está dirixida a todos os socios e socias da asociación que o desexen, pacientes, familiares e persoas coidadoras.

A actividade realizouse de xeito presencial na sede de AVEMPO e **participaron 6 persoas, cinco mulleres e un home.**

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

SERVIZO DE TERAPIA OCUPACIONAL

OBXECTIVOS	ACTIVIDADES REALIZADAS
Crear ou facilitar as oportunidades necesarias para alcanzar a participación en todas as actividades incluídas nas Áreas da Ocupación, moi especialmente AVD e AIVD.	Valoración da participación nas Áreas Ocupacionais
	Adestramento do desempeño das actividades das diferentes áreas ocupacionais nas que a participación da persoa usuaria se vexa dificultada.
Manter, restaurar, promover ou compensar as funcións sensorio-perceptuais, destrezas motoras e destrezas cognitivas da persoa usuaria, mellorando a súa funcionalidade.	Valoración de: funcións sensorio-perceptuais, destrezas motoras e destrezas cognitivas.
	Actividades encamiñadas a manter e mellorar as funcións sensorio-perceptuais, destrezas motoras e cognitivas alteradas.
Promover hábitos e rutinas saudables.	Formación en Estratexias de Conservación de Enerxía.
Asesorar e adestrar na colocación e uso dos Produtos de Apoio (PA) e/ou adaptacións que sexan necesarios e eficaces para manter ou mellorar a independencia funcional.	Valoración da necesidade/beneficio do uso de cada PA, prescrición, adaptación e adestramento do mesmo. Xestión dos trámites en colaboración coa Traballadora Social y el Técnico Ortoprotésico.
Adaptación do entorno físico da persoa usuaria especialmente da súa vivenda.	Valoración do fogar e supresión de barreiras arquitectónicas.
Intervir co entorno social e prioritariamente cos coidadores principais coa finalidade de promover e manter adecuadas relacións de interdependencia.	Asesoramento e formación ao entorno social en estratexias de promoción da autonomía, estratexias de comunicación, estratexias de conservación de enerxía, produtos de apoio e hixiene postural.
Uso de Tecnoloxías da Información e Comunicación (TIC).	Uso terapéutico das TIC. Como ferramenta para mellorar as habilidades cognitivas e físicas das persoas.

RESULTADOS OBTIDOS:

- Ao longo do ano 2024 ofertouse Terapia Ocupacional (TO) en AVEMPO cunha **periodicidade de tres días a semana**: luns, mércores e xoves.
- O servizo estivo cuberto por **unha Terapeuta Ocupacional a 16 horas e 45 minutos semanais.** Durante todo o ano se organizaron **sesións individuais de 35 min, 45 min ou 55 minutos**, cunha periodicidade dunha vez á semana.
- As 16 horas 45 minutos se reparten da seguinte forma; luns de 16:00h a 20:00h, mércores de 11:55h a 14:30h e 15:15h a 19:55h, xoves de 10:00h a 15:30h.
- Cunha frecuencia media programada de **5-8 sesións/día**. Neste período prestouse atención en materia de Terapia Ocupacional a **27 persoas.**

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

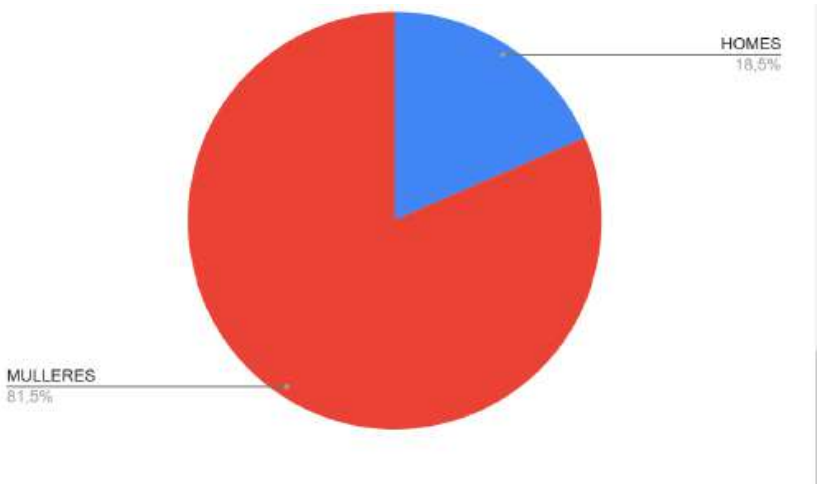


Gráfico: ***"Persoas usuarias do servizo de Terapia Ocupacional de AVEMPO 2024***
Fonte: elaboración propia de AVEMPO

- Durante o curso realizáronse 8 avaliacións iniciais. Deles, 3 pasaron a ser beneficiarios activos, recibindo unha axuda regular. Dúas persoas están á espera dunha praza dispoñible para acceder ao servizo. Outras dúas solicitaron unha avaliación cognitiva e recursos para traballar na casa. Finalmente, unha persoa recentemente diagnosticada solicitou información.
- Notificáronse **2 baixas, ambas por motivos persoais**.
- **Asesorouse a 5 usuarias** sobre a adquisición dunha **cadeira de rodas eléctrica**.
- Realizouse unha **sesión fóra da asociación**. Brindouse acompañamento ata unha ortopedia para probar e mercar a cadeira eléctrica.
- **Presentouse unha queixa conxunta** de usuarios e familiares ao Concello de Vigo debido a **falta de accesibilidade nas plazas reservadas para persoas con movilidade reducida.**

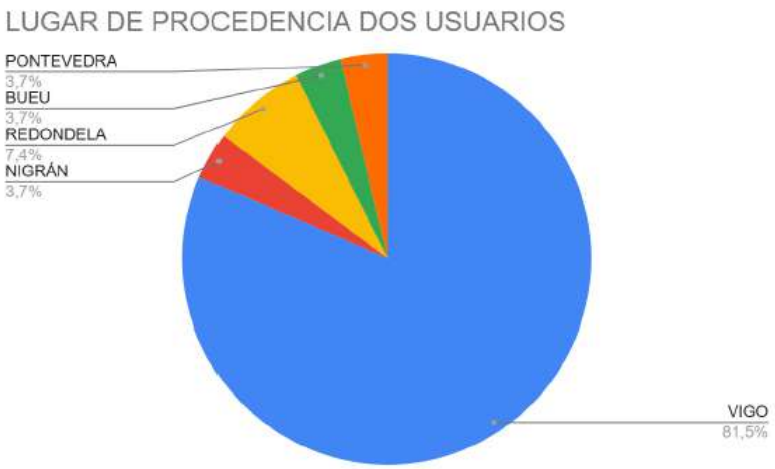


Gráfico: ***"Usuarios/as do servizo de Terapia Ocupacional segundo procedencia"***
Fonte: elaboración propia de AVEMPO

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

SERVIZO DE LOGOPEDIA

OBXECTIVOS XERAIS	ACTIVIDADES REALIZADAS
Prevención e/o detección temperá de dificultades na alimentación, voz, fala e linguaxe.	Informar os usuarios de AVEMPO e ás súas familias da sintomatoloxía máis común das diferentes alteracións asociadas á esclerose múltiple. Darlle un significado e acompañar no proceso de asimilación ante diagnósticos de disfaxia, disartria, disprosodia, alteracións da voz, alteracións respiratorias, etc…
Formulación de obxectivos funcionais terapéuticos.	En función das características individuais de cada usuario elaborar obxectivos que teñan un beneficio real e medible nas súas rutinas diarias.
Intervención logopédica individualizada.	Creación dun plan de rehabilitación axustado aos obxectivos previamente expostos. Na maioría dos casos baseado en terapia miofuncional.
Revisión da consecución dos obxectivos.	Cada certo tempo, revisión dos obxectivos para comprobar se se están conseguindo ou se é necesario unha reformulación dos mesmos.

RESULTADOS OBTIDOS:

O servizo de logopedia ten 8 horas de atención directa á semana en AVEMPO, repartíndose ao longo das mañás dos luns e mércores. En horario de 9:15h – 13:45 h e de 10:00h – 13:30h respectivamente.

A duración das sesións son 45 minutos, podendo variar dependendo das características individuais de cada paciente.

Durante o 2024, acudiron un total de 11 persoas a rehabilitación, 6 mulleres e 5 homes. Dos cales 2 foron novas valoracións como candidatos para comezar a rehabilitación.



Gráfico: *"Usuarios/as do servizo de Logopedia en 2024. Incidencia por sexo."*
Fonte: elaboración propia de AVEMPO

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

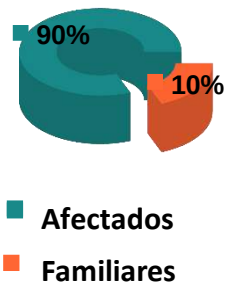
SERVIZO DE PSICOLOXÍA

OBXECTIVOS	ACTIVIDADES REALIZADAS
Acollemento e exploración.	Avaliación e diagnóstico clínico.
Dotar ao afectado e aos seus familiares de ferramentas coas que afrontar con maior estabilidade e capacidade de integración as consecuencias da EM.	Tratamento ou intervención clínica de aplicación individual e familiar.
Posibilitar o desenvolvemento dos recursos necesarios para desfrutar dunha calidade de vida que non queda sometida ás fases da enfermidade.	Tratamento ou intervención clínica de aplicación individual.
Conseguir unha maior capacidade de control dos pensamentos negativos, das respostas ante o estrés e da ansiedade.	Tratamento ou intervención clínica de aplicación individual. Técnicas de relaxación e respiración.
Mellorar o estado de ánimo, incrementar a valoración persoal, e desenvolver un enfoque positivo e construtivo que inflúa na capacidade de acción.	Tratamento ou intervención clínica de aplicación individual e familiar.
Optimización das relacións familiares e sociais.	Adestramento en adquisición de habilidades sociais e comunicativas.

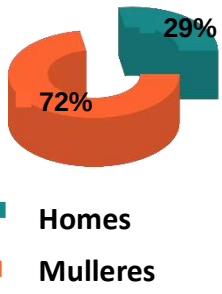
RESULTADOS OBTIDOS:

- O servizo de Psicoloxía realizouse os martes cubrindo unha media de **9 horas semanais**.
- Durante o ano 2024 foron atendidas neste servizo **71 persoas**, das cales **64 eran afectadas e 7 familiares**. Foron atendidas de maneira presencial 65 persoas e 10 fixérono de forma online.
- Atendéronse a máis mulleres que homes: 51 e 20 respectivamente.

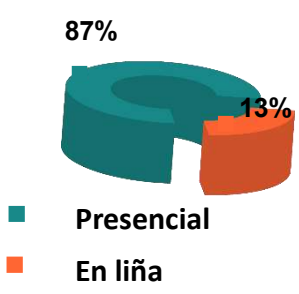
Usuarios atendidos



Discriminación por sexo



Modalidade atencional



CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

SERVIZO DE ATENCIÓN SOCIAL

OBXECTIVOS	ACTIVIDADES REALIZADAS
Realizar o acollemento na entidade das persoas afectadas de EM e do seu entorno.	Entrevista inicial social
Detectar as necesidades existentes nas persoas afectadas de EM e os seus familiares.	Información e orientación a afectados de esclerose múltiple e o seu entorno.
Informar e orientar cara os recursos sociais existentes necesarios para mellorar a súa situación social e persoal.	
Informar sobre diferentes cuestións relacionadas con: incapacidade laboral, discapacidade, dependencia, transporte adaptado, etc.	Relacións coa Administración e outros axentes sociais.
Xestionar as demandas das persoas afectadas.	
Organizar campañas de sensibilización e captación de fondos.	Realización de actividades de difusión, sensibilización e captación de fondos
Planificar, executar e xustificar proxectos	Planificación, execución e xustificación de proxectos.
Fomentar a integración na comunidade	Tramitación de recursos sociais existentes na zona.

RESULTADOS OBTIDOS:

- O ano 2024 o servizo de atención social estivo **cuberto por unha traballadora social** a xornada completa.
- Realizáronse de xeito presencial **34 entrevistas iniciais ao longo do ano.**
- Unha das tarefas fundamentais , é a de **apoio, asesoramento e información atendéndose a 98 persoas de xeito presencial** (non está contabilizado o asesoramento e información telefónica, das cales 68 foron mulleres e 30 homes. Estas persoas foron informadas, asesoradas e supervisadas e guiadas na cumprimentación dos trámites e presentación nas sedes electrónicas respectivas.
- As xestións de trámites máis comúns son as relativas a discapacidade, incapacidade e dependencia

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

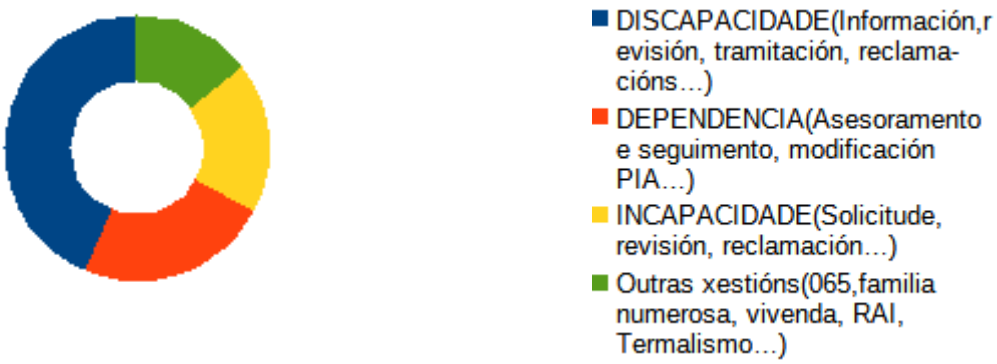


Gráfico: *"Trámites realizados por servizo de Atención Social de AVEMPO en 2024"*
Fonte: elaboración propia de AVEMPO

O Servizo de Atención Social é porta de entrada a entidade , por tal motivo outra das tarefas fundamentais é a **derivación aos diferentes servizos sociosanitarios**: Fisioterapia, Terapia Ocupacional, Logopedia e Psicoloxía.

Outra das actividades fundamentais nas que traballa o departamento social son ás relativas a **divulgación e sensibilización** a través de diferentes campañas polo Día Mundial (30 de maio) e Nacional da Esclerose Múltiple (18 de decembro) é o "Móllate pola Esclerose Múltiple" o segundo domingo de xullo e a xornada "Hablemos sin tabúes".

Dende o departamento tamén se traballa a participación en actividades lúdicas tales coma un Pícnic de Verán e visitas guiada á Fundación Sales e o Pazo e Xardíns Quiñones de León.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

DEPARTAMENTO DE COMUNICACIÓN

OBXECTIVOS:

- Aumentar a visibilidade de AVEMPO entre os seus diferentes públicos obxectivos: socios de AVEMPO, persoas afectadas de Esclerose Múltiple que non son socias, persoal sanitario,administracións públicas, entidades privadas e poboación en xeral.
- Amosar, de maneira máis ampla e pormenorizada, a labor que se realiza dende a entidade: difusión dos servizos ofrecidos, da actividades diarias da asociación e dos eventos organizados.
- Favorecer unha opinión positiva da asociación entre os públicos máis reticentes, como as persoas recentemente diagnosticadas.
- Aumentar o número de socios que se involucran nas actividades propostas.
- Manter unha imaxe actualizada da asociación, que é capaz de adaptarse ós cambios que suceden no entorno para seguir ofrecendo servizos de calidade e apoio ós seus socios.
- Conservar unha comunicación fluída e próxima cos socios, aproveitando as posibilidades que ofrece o marco dixital.

ACTIVIDADES REALIZADAS:

- Xestión da páxina web: actualización e publicación de información de interese.
- Xestión das redes sociais da asociación: Facebook, Twitter e Instagram.
- Deseño e creatividade de diferentes “landing page” para promocionar os eventos organizados.
- Redacción e envío de notas de prensa e contacto telefónico cos medios de comunicación.
- Seguimento e rexistro da repercusión nos medios
- Creatividade e deseño de cartelería para os diferentes eventos e actividades organizadas pola asociación
- Edición de vídeos para a promoción e apoio dos eventos nas redes sociais.
- Creatividade e deseño de “merchandising” de eventos.
- Creación de contidos “on-line” para as redes sociais.
- Deseño e envío de “mailing” para a promoción dos eventos organizados.
- Elaboración de publicidade pagada a través das redes sociais para campañas concretas
- Envío de artigos para a revista ‘NOTICIAS EM’ de Aedem-Cocemfe.
- Elaboración de memorias gráficas para a xustificación de subvencións e axudas económicas recibidas ao longo do ano.
- Elaboración de memorias anuais da asociación e a para as entidades ás que pertence.
- Actualización da web e redes sociais en materia de protección de datos.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

RESULTADOS OBTIDOS:

- **O número de seguidores nas redes sociais da asociación incrementouse** no ano 2024:
  - **X (Twitter)** pasou de 871 a 867 seguidores. (-0,46%)*
  - **Facebook** pasou de 3.202 a 3.249 seguidores. (+1,78%)
  - **Instagram** pasou de 1.240 a 1.398 seguidores. (+11,3%)
- Os medios de comunicación (televisión, radio, prensa escrita e dixital) fanse eco dos diferentes eventos e actividades organizadas por AVEMPO. Entre eles cabe destacar a aparición nos:
  - Principais xornais galegos: Faro de Vigo, La Voz de Galicia e Atlántico Diario.
  - Principais televisións: TVE e TVG.
  - Radios rexionais máis relevantes: La Ser, Cope, Radio Galega.
  - Prensa dixital de ámbito nacional: El Español ("Treintayseis").
- No 2024 **a web da asociación recibiu un total de 15.679 visitas**. A páxina máis visitada foi a "landing page" do 'Eu Móvome' (6.446), seguida da 'home' da web (2.732) e da "landing page" do 'Móllate' (947).**
- Na páxina web realizáronse un total de **37 publicacións de actualidade sobre a entidade**.
- Ao longo do ano enviáronse aos medios de comunicación un total de **13 notas de prensa**.

*No ano 2024 a rede social 'X' sufriu unha importante caída xeral de usuarios/as, co peche de numerosas contas, o que repercutiu no número de seguidores durante o ano.

** Os datos de visitas á web contabilizáronse a partir do mes de abril, debido a unha incidencia no servizo de Google Analytics.

OBRADOIRO DE ARTESANÍA

A actividade levouse a acabo os xoves de 10:40 a 13:00 horas. En 2024 participaron no obradoiro un total de **5 persoas**.

A actividade realizouse de xeito presencial na sede de AVEMPO. No obradoiro realizáronse produtos para a recadación de fondos para a asociación, con merchandising para eventos da entidade e detalles solidarios para vodas e comuñóns.

OBXECTIVOS:

- Fomentar a creatividade.
- Potenciar as destrezas cognitivas e manuais.
- Fomentar as relacións sociais.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

4. NÚMERO DE PERSOAS QUE ASISTEN AOS SERVIZOS E ACTIVIDADES

Durante o **ano 2024** acudiron aos servizos que dende AVEMPO se prestan unha **media de 301 persoas.**

- Fisioterapia: 83 persoas.
- Terapia Ocupacional: 27 persoas.
- Logopedia: 11 persoas.
- Psicoloxía: 71 persoas
- Atención Social: 98 persoas.
- Pilates: 6 persoas
- Obradoiro de Artesanía: 5 persoas

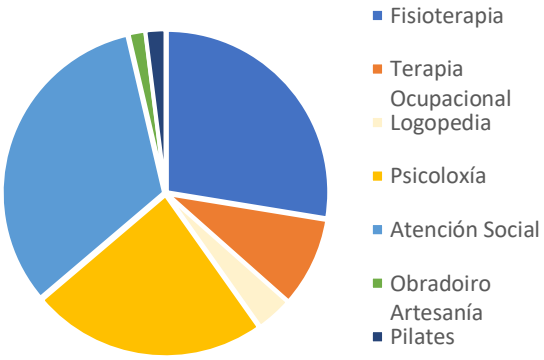


Gráfico "*Persoas que asistiron a servizos e actividades de AVEMPO en 2024*".
Fonte: elaboración propia de AVEMPO.

5. NÚMERO DE SOCIOS/AS

TIPOS DE SOCIOS/AS			
Persoas afectadas	**327**	**Homes** **Mulleres**	**107** **220**
Familiares	108	Homes	41
		Mulleres	67
Colaboradores	111	Homes	31
		Mulleres	80
Empresas	3		
Total de socios/as	**549**		

Táboa "*Socios/as de AVEMPO a 31 de decembro de 2024*".
Fonte: elaboración propia de AVEMPO.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

6. PERSOAL CONTRATADO AO LONGO DO ANO 2024

Profesional	Nº de horas/semana	Tipo de contrato
Traballadora Social	38,5	Contrato indefinido.
	25	Contrato indefinido (dende 27 novembro).
Fisioterapeutas	28,53	Contrato de Traballo Temporal vinculados a Políticas activas de Emprego. Programa de Cooperación da Xunta de Galicia.
	34	Contrato indefinido.
	19-22	Autónomo.
Terapeuta Ocupacional	16,45	Contrato indefinido.
Psicóloga	10,15	Contrato indefinido.
Logopeda	8	Autónoma + contrato temporal de substitución.
Técnico de Comunicación	10	Contrato indefinido. Ampliación de horas na campaña 'Móllate' e na carreira solidaria 'Eu Móvome'.
Auxiliar Administrativa	8 /6	Contrato indefinido
	19	Contrato de Traballo Temporal (dende 27 de novembro) vinculados a Políticas activas de Emprego. Programa de Cooperación da Xunta de Galicia.

Táboa "*Profesionais de AVEMPO en 2024*".
Fonte: elaboración propia de AVEMPO.

7. OUTROS RECURSOS HUMANOS

- Monitora do Obradoiro de Artesanía: dúas horas á semana
- Voluntarios/as do 'Móllate pola Esclerose Múltiple'.
- Voluntarios/as da XII Carreira Solidaria 'Eu Móvome pola Esclerose Múltiple'.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

8. ACTIVIDADES DESTACADAS AO LONGO DO ANO 2024

DIFUSIÓN, SENSIBILIZACIÓN E DIVULGACIÓN



- 11/01/2024 **RECEPCIÓN DE PRUDENCIO MACÍAS NA NOSA SEDE**, dentro da súa ruta en moto 'Embárcate. Unidos por la Esclerosis Múltiple' e difusión en medios da súa iniciativa.
- 30/05/2024 **DÍA MUNDIAL DA ESCLEROSE MÚLTIPLE**. Difusión en medios e participación na campaña internacional #MiDiagnósticodeEM, con testemuñas de usuarios e usuarias de AVEMPO.
- 14/07/2024 **MÓLLATE POLA ESCLEROSE MÚLTIPLE**. Celebración da 7ª edición da campaña na praia de Samil.
- 17/10/2024 **HABLEMOS SIN TABÚES**. Celebración da xornada informativa no hotel Attica 21, dentro do proxecto "Empatiza con la EM: Campaña de sensibilización sobre la Esclerosis Múltiple", de AEDEM-COCEMFE.
- 22/11/2024 **CONCENTRACIÓN 'TELETRANSPORTE CONTRA A DISCRIMINACIÓN**. Participación na iniciativa de COGAMI para esixir transporte adaptado.
- 03/12/2024 **DÍA INTERNACIONAL DAS PERSOAS CON DISCAPACIDADE**. Participación na campaña 'Baixo o mesmo paraugas' xunto ao resto de entidades de persoas con discapacidade de Vigo.
- 18/12/2024 **XORNADA 'USOS DA REALIDADE VIRTUAL NA ESCLEROSE MÚLTIPLE**. Na sede de AVEMPO, coa presentación de resultados do estudo 'ExeRVIEM' e novas perspectivas de investigación.
- 19/12/2024 **TALLER DE EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL PARA PERSOAS CON EM**. Taller presencial na sede de AVEMPO organizado en colaboración con FEGADEM.
- 18/12/2024 **DÍA NACIONAL DA ESCLEROSE MÚLTIPLE**. Difusión en medios e organización de charlas informativas.
- 18/12/2024 **CHARLA NO COLEXIO ATLÁNTIDA**. Sobre a Esclerose Múltiple e a labor de AVEMPO, destinada ao alumnado de 3º e 4º da ESO.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

CAPTACIÓN DE FONDOS



- 03/02/2024 **TEATRO SOLIDARIO EN INGLÉS**. Recadación solidaria e mesa de merchandising nunha dobre función da compañía de teatro afeccionado The lunatics theatre company no auditorio San Miguel de Oia.
- 27/10/2024 **XII CARREIRA SOLIDARIA 'EU MÓVOME POLA EM'**. Celebración da carreira na Alameda de Bouzas, nunha edición 100% presencial. O evento contou co apoio de 1.569 persoas inscritas nas distintas modalidades da proba deportiva.
- 11-12/2024 **CALENDARIO SOLIDARIO DO COLEXIO ATLÁNTIDA**. Venta de calendarios do calendario solidario 2025 para recadar fondos para o mantemento dos servizos da asociación.

ACTIVIDADES DE OCIO E TEMPO LIBRE



CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

- 31/05/2024 **VISITA GUIADA AO PAZO MUSEO QUIÑONES DE LEON**.
- 05/06/2024 **VISITA GUIADA Á FUNDACIÓN SALES E TALLER DE PLANTACIÓN.**
- 19/07/2024 **PICNIC 'CAMINEMOS'**. Celebración do noso tradicional pícnic no Parque Forestal de O Vixiador, con actividades e concursos durante a mañá. Este ano sumamos o pícnic á campaña de visibilización 'CaminEMos por la Esclerosis Múltiple', de AEDEM-COCEMFE.
- 04/12/2024 **TARDE NAVIDEÑA**. Decoración navideña da asociación e merenda con usuarixs.

OUTRAS ACTIVIDADES



- 29/02/2024 Participación no II Foro ACEM de enfermidades neurodexenerativas.
- 27/06/2024. Taller "Cómo desarrollar un plan de captación paso a paso".
- 19-20/10/2024 Formación "Tratamiento manual en Neuro-rehabilitación: Cómo afrontar el tratamiento en personas adultas", Organizada por AEDEM-COCEMFE en Madrid.
- 03/12/2024 Gravación de testemuñas para o documental sobre a EM no rural de FEGADEM.
- 10/12/2024 Asistencia á gala de entrega dos XII Premios Solidarios Cenor en Santiago.de Compostela.
- 12/12/2024 Presentación do calendario solidario no Colexio Atlántida.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

REUNIÓNS



- 05/02/2024: Asistencia á reunión explicativa do IRPF 2024 de FEGADEM.
- 15/02/2024 Asistencia á IX edición do Consello de Pacientes do Hospital Ribera Povisa.
- 21/02/2024: Asistencia á reunión de explicación del Programa do IRPF.
- 05/04/2024 Reunión Estudio Observacional de Roche.
- 13/04/2024 Asemblea Xeral Ordinaria e Asemblea Xeral Extraordinaria de AVEMPO.
- 22/05/2024 Asistencia á reunión da Comisión Sociosanitaria de COGAMI.
- 01/06/2024 Asemblea Xeral Ordinaria e Asemblea Xeral Extraordinaria de COGAMI.
- 13/06/2024 Asistencia á reunión do Convenio de Sanidade de COGAMI.
- 19/06/2024. Asemblea Xeral Ordinaria e Asemblea Xeral Extraordinaria de FEGADEM.
- 22/06/2024 Asemblea Xeral Ordinaria e Asemblea Xeral Extraordinaria de AEDEM- COCEMFE.
- 26/06/2024: Asistencia á reunión de organización dos programas do IRPF 2025 de FEGADEM.
- 03/07/2024. Reunión coa delegación territorial da Xunta en Vigo.
- 10/09/2024 Visita a AVEMPO da delegada territorial da Xunta en Vigo, Ana Ortiz.
- 04/09/2024 Presentación do proxecto de intervención no rural de FEGADEM.
- 16/10/2024 Reunión con Ruizre Seguros para a xestión da colaboración no ‘Eu Móvome’.
- 26/12/2024 Asistencia á reunión da Comisión Sociosanitaria de COGAMI.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

9. SUBVENCIÓNS E AXUDAS RESOLTAS AO LONGO DO ANO 2024

Financiación Pública:

- **Consellería de Emprego e Igualdade.** Subvencións para a contratación de traballadores desempregados polas entidades sen ánimo de lucro. **Importe concedido: 11.700€.** Subvención concedida para a realización do proxecto "Administración e xestión". Esta subvención posibilita a contratación dunha administrativa durante 12 meses a un 50% da xornada. Proxecto a executar dende novembro de 2024 a novembro de 2025.
- **Deputación de Pontevedra. Cohesión Social e Xuventude.** Subvencións dirixidas a entidades sen fins de lucro para actuacións no ámbito dos servizos sociais, sociosanitarios e da xuventude na provincia de Pontevedra no ano 2024**. Importe concedido: 3.829,57€.** Proxecto "Atención social para persoas con Esclerose Múltiple e o seu entorno". Axuda para os costes derivados do servizo de Traballo Social no ano 2024.
- **Concello de Vigo. Concellería de Política de Benestar.** Subvención a entidades e asociacións de carácter social, sen ánimo de lucro, para a realización de actividades da área dos servizos sociais 2024. **Importe concedido: 1.750€.** Proxecto: "Programa de atención fisioterapéutica a persoas con Esclerose Múltiple". Axuda para os costes derivados do servizo de Fisioterapia entre os meses de xuño e outubro de 2024.
- **Concello de Vigo. Subvencións para o fomento do emprego de entidades sen ánimo de lucro (Ano 2024).** Subvención concedida para a contratación dunha auxiliar administrativa do 9 de febreiro ao 31 de xullo 8 horas á semana. **Importe concedido: 2.792,55€**.
- **Consellería de Política Social.** Subvencións destinadas a realizar programas de interese xeral para fins de carácter social con cargo da asignación tributaria do 0,7% do Imposto sobre a renda das persoas físicas.
  - 'Programa de rehabilitación fisioterapéutica para persoas con Esclerose Múltiple'. Solicitado a través de FEGADEM, sendo FEGADEM a entidade beneficiaria e AVEMPO a entidade executante. **Importe concedido: 13.122,40€**. Subvención solicitada no ano 2023 con resolución e execución ao longo do ano 2024. Axuda para os custes da fisioterapeuta entre os meses de xuño e decembro.
  - 'Renovación de material de fisioterapia'. Solicitado a través de FEGADEM, sendo FEGADEM a entidade beneficiaria e AVEMPO a entidade executante. **Importe concedido: 5.063,20 €.** Subvención solicitada no ano 2023 con resolución e execución ao longo do ano 2024. Axuda para a adquisición de novo material para as sesións de fisioterapia.
  - 'Mantemento dos centros de rehabilitación para persoas con EM'. Solicitado a través de FEGADEM, sendo FEGADEM a entidade beneficiaria e AVEMPO a entidade executante. **Importe concedido: 3.344,71€.** Subvención solicitada no ano 2023 con resolución e execución ao longo do ano 2024. Axuda para tarefas de pintado nas instalacións de AVEMPO.
- **Proxecto CEGADI**. Convenio de colaboración entre COGAMI e a Consellería de Política Social polo que AVEMPO prestou a COGAMI o servizo de desenvolvemento do Programa Integral de Actuacións para a Promoción da Autonomía Persoal e a Inclusión Social das Persoas con Discapacidade, dirixido ás persoas con Esclerose Múltiple. **Importe do servizo: 11.200€.** Este servizo foi desenvolvido por unha fisioterapeuta dende o 1 de xaneiro ata o 31 de maio de 2024.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

- **Consellería de Sanidade.** Convenio de colaboración entre COGAMI e a Consellería de Política Social polo que AVEMPO prestou a COGAMI servizos para o desenvolvemento de actividades dentro dun programa de apoio para a recuperación integral das persoas con discapacidade orgánica. **Importe concedido: 8.900€**. Este servizo foi desenvolvido por unha terapeuta ocupacional entre os meses de xaneiro e outubro de 2024

Financiación Privada:

- **Fundación La Caixa:** Subvención da convocatoria Galicia 2024 para a execución do proxecto 'Atención integral en Esclerosis Múltiple'. **Importe concedido: 10.000€**, destinados a cubrir gastos dun fisioterapeuta autónomo e unha logopeda entre outubro de 2024 e xuño de 2025.
- **Fundación La Caixa:** Convenio coa Fundación Bancaria La Caixa para a concesión dunha axuda económica por un importe de **5.000€** destinada a sufragar parte dos gastos da XII Carreira Solidaria 'Eu Móvome pola Esclerose Múltiple'.
- **Fundación ONCE:** Subvención para a cooperación e inclusión social de persoas con discapacidade. **Importe concedido 3.050€** para a execución do proxecto 'Atención Social para personas con Esclerosis Múltiple y su entorno'. Axuda para os custes da traballadora social entre os meses de xaneiro e febreiro de 2024.
- **Roche.** Concesión dun donativo por un importe de **500€** pola participación no estudo de título provisional: 'Non-interventional, cross-sectional study to assess patient perspectives on early-stage relapsing-remitting multiple sclerosis care (Deciding MS study)'.

Colaboración Pública:

- **Xunta de Galicia**. A Consellería de Política Social e Igualdade, a través da Dirección Xeral de Persoas con Discapacidade, colaborou na **XII Carreira Solidaria 'Eu Móvome pola Esclerose Múltiple'** aboando **2.000€** á empresa encargada do cronometraxe da proba.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

10. ESTUDO 'ExeRVIEM'

Durante o ano 2024 en AVEMPO participamos nun **programa de exercicio terapéutico con gafas de realidade virtual como parte do Estudo 'ExeRVIEM'**, posto en marcha por investigadores da Facultade de Fisioterapia da **Universidade de Vigo** para analizar os posibles beneficios da aplicación da realidade virtual nas sesións con persoas afectadas de Esclerose Múltiple. **Preto dunha vintena de usuarios e usuarias de AVEMPO participaron neste estudio pioneiro**, centrado na realización e posterior análise dun programa de exercicio baseado no uso de exergames, videoxogos que implican un compoñente físico e cognitivo.

O proxecto abarcou o desenvolvemento dun programa de exercicio de **oito semanas**, **con dúas sesións semanais**, nas que un grupo de participantes debía levar a cabo diferentes actividades cunhas gafas de realidade virtual inmersiva Oculus Quest 3. Esta actividade foi supervisada por unha fisioterapeuta da Universidade de Vigo, xunto co persoal da asociación. De forma paralela, outro grupo de participantes no estudo seguiu realizando as actividades programadas pola asociación.



Os resultados iniciais do estudo resultaron "positivos", segundo os investigadores, xa que constatan que levar a cabo o programa é **"factible e seguro, sen efectos adversos",** así como a elevada satisfacción e compromiso dos e das participantes na iniciativa. Os usuarios e usuarias de Avempo trasladaron o seu "alto" grao de satisfacción tras participar no programa de exercicio terapéutico do estudo.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

Os resultados do estudo 'ExeRVIEM' deron lugar a **numerosas publicacións científicas**, que foron presentadas no mes de decembro na sede de AVEMPO, e abren a porta a seguir con **novas liñas de investigación**.

Nese sentido, o equipo investigador explorarán nun **novo estudo que se porá en marcha en 2025**, o uso de programas de exercicio de alta intensidade desenvolvidos con realidade virtual inmersiva para mellorar capacidades físicas e funcionais incorporando valoracións específicas en neurocognición e posibles cambios en biomarcadores.

Este segundo estudo da Universidade de Vigo levarase a cabo en AVEMPO e contará coa **colaboración do Hospital Álvaro Cunqueiro de Vigo e o Instituto de Investigación Sanitaria Galicia Sur.**



CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

11. AVEMPO NOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN 2024

NOTICIAS DIXITAIS:

VISITA DE PRUDENCIO MACÍAS A AVEMPO

Atlántico Diario 11/01/2024

https://www.atlantico.net/articulo/vigo/ruta-motera-esclerosis-jerez-parada-vigo/20240111060028101 4956.html

Faro de Vigo 11/01/2024

https://www.farodevigo.es/videos/gran-vigo/2024/01/11/prudem-recorre-espana-reivindicando-mejoras-96783492.html

Atlántico Diario 12/01/2024

https://www.atlantico.net/articulo/vigo/prudencio-moto-esclerosis-multiple-parada-vigo/20240112051500101 5115.html

Faro de Vigo 12/01/2024

https://www.farodevigo.es/gran-vigo/2024/01/12/ruta-esclerosis-multiple-96793023.html

SUBVENCIÓN FUNDACIÓN ONCE

Cadena Ser 22/01/2024

https://cadenaser.com/galicia/2024/01/22/cerca-de-15-personas-con-esclerosis-multiple-y-familiares-se-beneficiaran-este-ano-del-servicio-de-atencion-social-que-ofrece-avempo-en-vigo-radio-vigo/

Faro de Vigo 23/01/2024

https://www.farodevigo.es/gran-vigo/2024/01/23/avempo-ofrece-febrero-servicio-atencion-97229511.html

ESTUDO REALIDADE VIRTUAL

El Español (Treintayseis) 02/05/2024

https://www.elespanol.com/treintayseis/articulos/actualidad/un-estudio-analiza-en-vigo-los-efectos-de-la-realidad-virtual-en-la-esclerosis-multiple

VigoÉ 02/05/2024

https://www.vigoe.es/salud/estudio-pionero-de-la-uvigo-y-avempo-para-mejorar-la-calidad-de-vida-de-personas-con-esclerosis-multiple-a-traves-de-realidad-virtual/

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

Vigoalminuto 02/05/2024

https://www.vigoalminuto.com/2024/05/02/vigo-pionero-en-evaluar-los-beneficios-de-ejercicios-con-realidad-virtual-en-personas-con-esclerosis-multiple/

Metropolitano.gal 02/05/2024

https://metropolitano.gal/enfoque/un-estudio-pionero-de-la-uvigo-y-avempo-evalua-los-beneficios-terapeuticos-de-la-realidad-virtual/

Faro de Vigo 02/05/2024

https://www.farodevigo.es/gran-vigo/2024/05/02/usuarios-avempo-prueban-realidad-virtual-101856110.html

Faro de Vigo 03/05/2024

https://www.farodevigo.es/pontevedra/2024/05/03/realidad-virtual-esclerosis-multiple-101865512.html

La Voz de Galicia 03/05/2024

https://www.lavozdegalicia.es/noticia/vigo/2024/05/03/estudio-pionero-analiza-beneficios-ejercicio-realidad-virtual-personas-esclerosis-multiple/0003_202405V3C4993.htm

Atlántico Diario 03/05/2024

https://www.atlantico.net/articulo/vigo/videojuegos-esclerosis-vigo/20240503074541103088O.html

DÍA MUNDIAL DA ESCLEROSE MÚLTIPLE

Atlántico Diario 30/05/2024

https://www.atlantico.net/articulo/vigo/vida-incierta-esclerosis-multiple/20240530070557103460 9.html

Faro de Vigo 30/05/2024

https://www.farodevigo.es/sociedad/2024/05/30/personas-afectadas-esclerosis-multiple-reclaman-103096252.html

IRPF FEGADEM (FISIOTERAPIA)

La Voz de Galicia 18/06/2024

https://www.lavozdegalicia.es/noticia/vigo/2024/06/18/asociacion-esclerosis-multiple-tendra-fisioterapeuta-pacientes/0003_202406V18C2994.htm

MÓLLATE POLA ESCLEROSE MÚLTIPLE

Metropolitano.gal 09/07/2024

https://metropolitano.gal/que-hacer/juegos-acuaticos-y-chapuzones-solidarios-en-samil-asi-celebrara-vigo-una-nueva-edicion-de-mollate/

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

Radio Vigo 09/07/2024

https://cadenaser.com/galicia/2024/07/09/vigo-acoge-la-septima-edicion-de-la-campana-solidaria-mollate-por-la-esclerosis-multiple-en-la-playa-de-samil-radio-vigo/

El Español (Treintayseis) 09/07/2024

https://www.elespanol.com/treintayseis/vigo/20240709/mollate-llega-ano-playa-viguesa-samil-sensibilizar-esclerosis-multiple/869163598_0.html

Faro de Vigo 10/07/2024

https://www.farodevigo.es/gran-vigo/2024/07/10/vigo-acoge-vii-campana-solidaria-105432517.html

VigoÉ 10/07/2024

https://www.vigoe.es/solidaridad/cita-en-samil-con-el-gran-chapuzon-solidario-de-mollate/

El Español (Treintayseis) 14/07/2024

https://www.elespanol.com/treintayseis/vigo/20240714/playa-samil-vigo-acoge-iniciativa-mollate-pola-esclerosis-multiple/870413089_0.html

Faro de Vigo 14/07/2024

https://www.farodevigo.es/gran-vigo/2024/07/14/chapoteo-solidario-samil-mollate-pola-105620386.html

Atlántico Diario 15/07/2024

https://www.atlantico.net/articulo/vigo/vigo-moja-samil-luchar-esclerosis-multiple/20240715064000104117 8.html

Faro de Vigo 15/07/2024

https://www.farodevigo.es/gran-vigo/2024/07/15/pacientes-familiares-suman-chapuzon-esclerosis-105641720.html

Vigo Al Minuto 15/07/2024

https://www.vigoalminuto.com/2024/07/15/vigo-se-moja-por-la-esclerosis-multiple/

VigoÉ 16/07/2024

https://www.vigoe.es/solidaridad/vigo-se-moja-por-la-esclerosis-multiple/

EU MÓVOME POLA EM

El Español (Treintayseis) 25/09/2024

https://www.elespanol.com/treintayseis/deporte/tu-deporte/20240925/vigo-volvera-moverse-esclerosis-multiple-mes-octubre/888661680_0.html

Radio Vigo 25/09/2024

https://cadenaser.com/galicia/2024/09/25/abierto-el-plazo-de-inscripcion-de-la-carrera-solidaria-de-avempo-radio-vigo/

Faro de Vigo 26/09/2024

https://www.farodevigo.es/gran-vigo/2024/09/26/avempo-abre-inscripciones-xii-carrera-108584769.html

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

VigoÉ 21/10/2024

https://www.vigoe.es/deportes/atletismo/sprint-final-para-la-ultima-gran-carrera-solidaria-de-octubre-en-vigo/

Faro de Vigo 22/10/2024

https://www.farodevigo.es/deportes/2024/10/22/avempo-organiza-carrera-solidaria-esclerosis-110001018.html

Xornal Vigo 22/10/2024

https://xornal.vigo.org/noticias/31471-o-alcalde-convida-a-cidade-a-participar-na-carreira-pola-esclerose-multiple-o-27-de-outubro

Faro de Vigo 23/10/2024

https://www.farodevigo.es/gran-vigo/2024/10/23/avempo-esclerosis-multiple-tuvimos-adaptarnos-casa-enfermedad-110119004.html

Treintayseis (El Español) 24/10/2024

https://www.elespanol.com/treintayseis/deporte/tu-deporte/20241024/personas-moveran-vigo-esclerosis-multiple/895910605_0.html

La Voz de Galicia 25/10/2024

https://www.lavozdegalicia.es/noticia/vigo/2024/10/25/1500-personas-participaran-carrera-esclerosis-multiple/0003_202410V25C69919.htm

Faro de Vigo 27/10/2024 – Galería

https://www.farodevigo.es/fotos/deportes/2024/10/27/xii-carrera-solidaria-esclarerosis-multiple-110616942.html

Faro de Vigo 27/10/2024 – Vídeo

https://www.farodevigo.es/videos/deportes/2024/10/27/multitudinaria-ola-solidaridad-bouzas-esclerosis-110624547.html

Atlántico Diario 27/10/2024 – Vídeo

https://www.atlantico.net/video/vigo/mas-600-personas-participan-carrera-solidaria-avempo-bouzas/20241027173648105691 4.html

Atlántico Diario 27/10/2024 - Galería

https://www.atlantico.net/album/deporte-local/galeria-carrera-solidaria-eu-movome-pola-esclerose-multiple-bouzas-imagenes/20241027175513105691 5.html

La Voz de Galicia 27/10/2024

https://www.lavozdegalicia.es/noticia/vigo/2024/10/27/vigo-mueve-esclorisis-multiple/00031730052140495187112.htm

VigoÉ 27/10/2024

https://www.vigoe.es/solidaridad/el-peloton-del-eu-movome-llena-bouzas-de-solidaridad/

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

TreintaySeis (El Español) 28/10/2024

https://www.elespanol.com/treintayseis/deporte/otros-deportes/20241028/personas-corrieron-vigo-esclerosis-multiple/896910321_0.html

Vigo al Minuto 27/10/2024

https://www.vigoalminuto.com/2024/10/27/el-peloton-del-eu-movome-llena-de-solidaridad-la-xii-carrera-solidaria-por-la-esclerosis-multiple/

Atlántico Diario 28/10/2024

https://www.atlantico.net/articulo/deporte-local/david-troncoso-noemi-alvarez-ganan-bouzas-carrera-solidaria-esclerosis-multiple/20241027171344105683 5.html

Faro de Vigo 28/10/2024

https://www.farodevigo.es/deportes/2024/10/28/carrera-esclerosis-multiple-delikia-doblete-bouzas-110627280.html

XORNADA 'HABLEMOS SIN TABÚES'

Faro de Vigo 01/10/2024

https://www.farodevigo.es/gran-vigo/2024/10/01/jornada-samil-prejuicios-esclerosis-multiple-108775585.html

La Voz de Galicia 01/10/2024

https://www.lavozdegalicia.es/noticia/vigo/2024/10/01/avempo-aborda-jornadas-testamento-vital-testimonios-avances-medicos-esclerosis/0003_202410V1C4995.htm

La Voz de Galicia 02/10/2024

https://www.lavozdegalicia.es/noticia/vigo/2024/10/02/inscripcion-jornada-esclerosis-multiple/0003_202410V2C6995.htm

Faro de Vigo 06/10/2024

Reportaxe con Leticia y Ángeles (usuarias de Avempo):

https://www.farodevigo.es/sociedad/2024/10/06/dia-dia-esclerosis-multiple-108958521.html

Entrevista con Elena Álvarez (neuróloga do Hospital Álvaro Cunqueiro):

https://www.farodevigo.es/sociedad/2024/10/06/ultimos-20-anos-tratamiento-esclerosis-108958040.html

CALENDARIO SOLIDARIO DO COLEXIO ATLÁNTIDA

Vigo Hoy 12/12/2024

https://vigohoy.es/el-colegio-atlantida-de-vigo-lanza-un-calendario-solidario-para-apoyar-a-las-personas-con-esclerosis-multiple/

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

ValMiñorTV 12/12/2024

https://valminortv.com/2024/12/12/el-colegio-atlantida-de-matama-presenta-su-calendario-solidario/

Telemariñas 12/12/2024

https://telemarinas.com/presentan-o-calendario-solidario-do-colexio-atlantida-de-vigo-a-favor-das-persoas-con-esclerose-multiple/

Xornal 21 12/12/2024

https://xornal21.com/art/61314/luisa-sanchez-presenta-el-calendario-solidario-del-colegio-atlantida-de-vigo-en-apoyo-a-las-personas-con-esclerosis-multiple

DÍA NACIONAL DA ESCLEROSE MÚLTIPLE

La Voz de Galicia 18/12/2024

https://www.lavozdegalicia.es/noticia/vigo/2024/12/18/sos-avempo-entidad-atiende-300-personas-esclerosis-multiple/0003_202412V18C4993.htm

Faro de Vigo 18/12/2024

https://www.farodevigo.es/sociedad/2024/12/18/pacientes-esclerosis-multiple-padecen-tres-112712821.html

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

MEDIOS IMPRESOS

VISTA DE PRUDENCIO A AVEMPO

Atlántico Diario 11/01/2024

Ruta motera por la esclerosis desde Jerez y con parada en Vigo

REDACCIÓN. VIGO
redaccionaci@atlantico.net

Prudencio Macías, afectado de Esclerosis, llega mañana a Vigo como parada dentro de su ruta 'EMBárcate. Unidos por la Esclerosis Múltiple', con la que recorre en moto toda España para visibilizar la conocida como enfermedad de las mil caras.

Este vasco residente en Málaga visitará la Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple (Avempo), donde será recibido por miembros de la junta directiva, trabajadores y usuarios de la entidad.

Prudencio Macías, de 52 años, salió de Jerez de la Frontera subido a su moto el pasado mes de octubre para recorrer todas las provincias españolas hasta el próximo mes de febrero para visibilizar y concienciar sobre la Esclerosis Múltiple, enfermedad que le diagnosticaron en el año 2012.

Lo que le ha llevado a iniciar este proyecto es mostrar la realidad de la enfermedad en primera persona, en su caso en un estado degenerativo, y hacer entender a la sociedad en su conjunto, y a las administraciones en particular lo que significa padecer Esclerosis Múltiple. En su visita a Avempo, programada para las 09.30 horas, Prudencio charlará con los asistentes para informar sobre su iniciativa y compartir su historia personal.

Esta asociación, nacida en 1996, es una entidad sin ánimo de lucro que trata de mejorar la calidad de vida de los afectados.



El vasco Prudencio Macías, en su moto.

Faro de Vigo 12/01/2024

En ruta por la esclerosis múltiple

A. BLASCO

PrudEM recala en Vigo en su periplo por las 52 provincias con una moto adaptada para pedir a las instituciones apoyo suficiente para las asociaciones

PrudEM. Con "EM" de esclerosis múltiple. Desde que un psicólogo le ayudó a aceptar la enfermedad que le diagnosticaron en 2012, Prudencio Macías la reivindica incluso en su nombre. En el marco del proyecto "EMbárcate, unidos por la esclerosis múltiple", este vasco asentado en Málaga llegó ayer a Vigo en la ruta en moto que se ha propuesto por las 52 provincias españolas. Lo hace para visibilizar la enfermedad y para entrar en contacto con "compañeros" de otras regiones. Pero tras haber recorrido ya 39 antes que Pontevedra se confiesa "enfadado". Desde la sede de Avempo denuncia que las asociaciones de pacientes "viven de la caridad y de la solidaridad" y reclama a las administraciones unas partidas presupuestarias suficientes y estables que les permitan ofrecer a sus miembros la atención sanitaria que les debería estar brindando desde el sistema público.

"No son una peña. No pueden estar todo el día ideando formas de conseguir dinero para pagar servicios como el de fisioterapia", se queja. Aunque señala que el problema es generalizado –"también en otras enfermedades"–, en su periplo, sí ha visto diferencias según el código postal e indica que en Navarra, País Vasco y Cataluña hay un apoyo "más firme" de las administraciones.

PrudEM padece el tipo más grave de esclerosis múltiple. La primaria progresiva. Ya le ha dejado en la médula tres lesiones o "cortocircuitos", como ejemplifica él. Y eso hace que el sistema nervioso central mande "órdenes equivocadas" al cuerpo. A él le afecta, principalmente, a piernas y manos. "Me ralentiza", explica y cuenta como su día a día va a cámara lenta y con "mucho bastón". Ahora, en invierno, tarda más de media hora en vestirse, por ejemplo. También siente dolor. Cuando aún trabajaba –como director nacional de operaciones en una empresa de cristalería del automóvil– tenía que sentarse cada 50 metros.

Así que lo que ahora está haciendo, con trayectos de 150 kilómetros al día, solo y en una moto adaptada, desde que el 16 de octubre salió de Jerez de la Frontera, es "una proeza". Y también una terapia. Para su cabeza y para su cuerpo. Los poco más de 2º de temperatura que registraba ayer Ourense en el inicio de la etapa y que bloquearon con escarcha su vehículo, harían tirar la toalla a muchos. A él le gusta. "Me reconforta el frío". Hace que deje de sentir el hormigueo de pies que le atormenta todo el día.

Emprendió esta aventura tras arreglar todos sus "problemas externos" –regularizar su situación–. "Era un muerto viviente, necesitaba hacer algo". Ahora busca reivindicar más apoyo de la Administración. El 19 de enero llevará la reclamación hasta el Ministerio de Sanidad y el 3 de febrero espera poner fin a esta ruta, aunque no a esta lucha.



Prudencio Macías, ayer, a su llegada a Vigo. / Javier Torrente

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

Atlántico Diario 12/01/2024



Prudencio Macías, segundo por la derecha, con miembros de Avempo y su moto.

Prudencio, en moto con la esclerosis múltiple

Pide apoyo para los servicios de las asociaciones de pacientes

R.SUÁREZ. VIGO
rsuarez@atlantico.net

Prudencio Macías, un vasco de 52 años afincado en Málaga, recorre toda España en una moto adaptada para conocer de primera mano las asociaciones de esclerosis múltiple y para hacer visible la enfermedad de las "mil caras". Ayer llegó a Vigo procedente de Ourense para reunirse con trabajadores y usuarios de Avempo y a mediodía arrancó rumbo a Santiago.

Pruden padece esclerosis múltiple y tardó muchos años en aceptar la enfermedad. Lo consiguió en marzo del año pasado y fue entonces cuando pensó en realizar esta ruta bautizada como "EM Bárcate. Unidos por la Esclerosis Múltiple".

La aventura empezó el 16 de octubre en Jerez, donde cuenta con amigos que decidieron apoyarle, y termina en esta misma localidad el próximo 3 de febrero después de haber pasado por las 52 provincias españolas.

"Esto lo hago primero por mí, por recuperar mi salud mental al cien por cien, porque la había perdido y ahora ya estoy bien. Y segundo por todos los compañeros que tienen esta enfermedad", explica. El mensaje que está dejando en esta ruta es que las asociaciones de esclerosis múltiples merecen apoyo estable de las autoridades para prestar servicios que son cruciales para los enfermos, como fisioterapia, logopedia, terapia ocupacional, psicología o trabajo social. En todas partes, a excepción de Navarra, Cataluña o País Vasco donde

"HAGO LA RUTA PARA RECUPERAR MI SALUD MENTAL, Y LO HE CONSEGUIDO, Y PARA HACER VISIBLE ESTA DOLENCIA EN ESPAÑA"

cuentan con más medios, se encontró con que los colectivos de pacientes de toda España deben pelear cada año por las subvenciones para mantener unos servicios a los que tienen derecho o recurrir a carreras solidarias para financiarse con donativos. "Están bien las carreras solidarias, pero deberían ser para pagar otras cosas, como el mantenimiento de los locales, no para los servicios que prestan", señala.

En Vigo dice que le recibieron con los brazos abiertos y que para él fue emocionante. "En las asociaciones hay mucha solidaridad, nos entendemos porque somos enfermos". Y de todas ellas se lleva dedicatorias de compañeros en lo que él llama "Diario de Pruden". Ya lleva cinco libros de dedicatorias y está terminando el sexto. En Vigo le escribió Iago, un joven que acaba de ser diagnosticado, y le contaron que hay unas 500 personas diagnosticadas. Lee el diario por las tardes cuando descansa y va recordando todas las etapas. "En el futuro quizá haga algo con este diario", asegura.

Su diagnóstico llegó en 2012, pero siguió trabajando como pudo durante once años. Era directivo en una empresa de lunas de automóvil y viajaba mucho. En su destino, combinaba trabajo y descansos para poder seguir. La esclerosis múltiple va de menos a más y en su caso tiene una limitación física en las piernas. Camina sin perder el equilibrio 50 metros, "una proeza", como le dijo Miguel, un fisioterapeuta, al conocer su historia y sus once años de trabajo con esta enfermedad. Ahora, utiliza muletas y cuando quiere dar paseos largos va en una silla eléctrica. "Mi enfermedad va a ir a más, pero tengo que vivir y tengo que hacerlo lo mejor que pueda". Dejó el trabajo en enero del año pasado. "El neurólogo, el médico de cabecera y la familia me dijeron que no me hiciera más el duro, que parase". En marzo logró resolver los trámites de su discapacidad absoluta y permanente, y esa es otra de sus grandes reivindicaciones para estos enfermos, que se agilicen estos procesos legales y que no sea tan complicado conseguir ese reconocimiento.

A partir de ahí, aceptó su enfermedad. "Mucha gente no lo acepta hasta que tu cabeza o tu cuerpo hacen clic, o hasta que alguien te dice que pares". El siguiente paso fue su deseo de hacer algo por estos pacientes y le siguen bastantes, incluso de otros países como Cuba o Argentina. "Hay más de 3 millones de enfermos en el mundo, si no hacemos que se visualice parece que no existe". Sus dos hijas y su mujer le apoyan en esta aventura y él asegura que se cuida.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

SUBVENCIÓN FUNDACIÓN ONCE

Faro de Vigo 23/01/2024

Avempo ofrece hasta febrero un servicio de atención social que incluye a los familiares

Quince usuarios y sus allegados reciben ayuda técnica y asesoramiento para adaptarse a las nuevas situaciones que surgen con la enfermedad

R.V.

La Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple de Pontevedra (Avempo) desarrolla entre los meses de enero y febrero un servicio de atención social que ayuda a 15 personas afectadas y a sus familiares a adaptarse a las nuevas situaciones que surgen con la enfermedad. Los usuarios reciben ayuda técnica y recursos para afrontar este proceso gracias a este proyecto.

A través del estudio de las necesidades específicas de cada persona, desde el área social de la asociación se orienta y ayuda a clarificar y afrontar las situaciones derivadas de la enfermedad. Y también se ejecutan programas de autonomía personal.



Usuarios del servicio. // Avempo

El proyecto, que arrancó el 1 de enero y continuará hasa el 18 de febrero, forma parte del plan de prioridades de la Confederación Española de Personas con Discapacidad Física y Orgánica (Cocemfe) y está financiado por la Fundación Once. La Confederación gestiona esta subvención, además de proporcionar asesoramiento y realizar un seguimiento pormenorizado de todo el proceso.

Atlántico Diario 23/01/2024

Avempo ofrece atención social a personas con esclerosis múltiple

REDACCIÓN. VIGO
redaccionad@atlantico.net

La Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple de Pontevedra (Avempo) está desarrollando durante este año el servicio de Atención Social para personas con Esclerosis Múltiple y su entorno, con el que cerca de quince personas afectadas de esclerosis múltiple y sus familiares en Vigo y en toda la provincia de Pontevedra recibirán en los meses de enero y febrero ayudas técnicas y recursos para afrontar la enfermedad y nuevas situaciones que puedan ir surgiendo a raíz de esta.

Con este proyecto, presentado a través de la Confederación Española de Personas con Discapacidad Física y Orgánica (Cocemfe), la asociación viguesa buscan informar, asesorar y tramitar los recursos existentes, así como acompañar y apoyar a la persona afectada y a su familia en todo el proceso de adaptación a la enfermedad.



Usuarios de Avempo en el servicio de atención social.

A través del estudio de las necesidades específicas de cada persona, desde el área social de la asociación se orienta y ayuda a clarificar situaciones derivadas de la enfermedad y, en consecuencia, a afrontarlas.

Por otro lado, el proyecto ejecuta programas de autonomía personal.

El programa comenzó el pasado 1 de enero y se desarrollará hasta el próximo día 18 de febrero.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

La Voz de Galicia 23/01/2024

Avempo y la ONCE atenderán a 15 enfermos de esclerosis múltiple

VIGO / LA VOZ

La Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple de Pontevedra (Avempo) está desarrollando el servicio de atención social para personas con esclerosis múltiple. Quince personas afectadas y sus familiares en Vigo y el resto de la provincia recibirán, en lo que queda de mes y en febrero, ayudas técnicas y recursos para afrontar la enfermedad y nuevas situaciones que puedan ir surgiendo a raíz de esta. El proyecto está financiado por la ONCE y presentado a través de la Confederación Española de Personas con Discapacidad Física y Orgánica. El programa permite mejorar la autonomía del enfermo.

ESTUDO REALIDADE VIRTUAL

Faro de Vigo 03/05/2024

Usuarios de Avempo prueban la realidad virtual para mejorar su capacidad funcional

Investigadores de la UVigo evalúan los beneficios del uso de gafas inmersivas en el ejercicio terapéutico de personas con esclerosis múltiple

R. V.

Lo probaron primero con personas mayores y luego con gente con párkinson y alzhéimer. Ahora lo han evaluado con una veintena de pacientes de otra enfermedad neurodegenerativa, la esclerosis múltiple. Los fisioterapeutas Gustavo Rodríguez y Pablo Campo, del grupo de investigación HealthyFit, de la Facultad de Fisioterapia, han analizado los beneficios del ejercicio terapéutico con gafas de realidad virtual inmersiva para mejorar sus capacidades funcionales.

Llevaron a cabo el estudio con una veintena de usuarios de la Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple de Pontevedra (Avempo). Contaron con la financiación del Colegio Oficial de Fisioterapeutas de Galicia (Cofiga). Destacan que es pionero porque en este colectivo no existían investigaciones al respecto.

En este caso usaron *exergames*, videojuegos que implican un componente físico y cognitivo. El objetivo del programa, que se llevó a cabo con un grupo de una edad media de 40 años, era contribuir a "mejorar sus capacidades funcionales y su calidad de vida".

Diseñaron ocho semanas de ejercicios, con dos sesiones semanales, en las que un grupo llevó a cabo actividades con gafas de realidad inmersiva Oculus Quest 3, supervisados por la fisioterapeuta Elena Ferreiro, como parte de su trabajo fin de máster. Otro grupo siguió realizando actividades programadas por la asociación.

"Los resultados iniciales son positivos", destaca Campo y especifica que se constata que "llevar a cabo el programa es factible y seguro, sin efectos adversos".



Una usuaria con las gafas inmersivas, junto a la fisioterapeuta.

Según Avempo, sus usuarios trasladaron un "alto grado de satisfacción" tras participar en el programa. "Se trata de una forma de incentivar el ejercicio más intenso en los pacientes a los que a veces nos cuesta un poco y esta experiencia consigue hacerlo todo muy entretenido y variado", señala una de las participantes de la asociación.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

Atlántico Diario 03/05/2024

Videojuegos contra la esclerosis

Un estudio pionero de Avempo y la Universidad de Vigo evalúa los beneficios del ejercicio terapéutico con realidad virtual en pacientes que sufren esa enfermedad

SAÚL CRUZ. VIGO
scruz@atlantico.net

Las nuevas tecnologías, además de proporcionan ocio y disfrute, también son utilizadas para paliar enfermedades. Un total de 20 alumnos han comenzado un programa de ejercicio terapéutico, diseñado por investigadores de la Facultad de Fisioterapia de la UVigo y desarrollado por la Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple de Pontevedra (Avempo). Coordinado por los fisioterapeutas Gustavo Rodríguez y Pablo Campo, del grupo de investigación HealthyFit, este estudio pionero cuenta con la financiación del Colexio Oficial de Fisioterapeutas de Galicia (Cofiga). "En este colectivo no había investigaciones que explorasen los usos de la realidad virtual inmersiva para la mejora de sus capacidades funcionales", destaca Campo respecto al estudio y en el que participó también la estudiante de máster de la Facultad de Fisioterapia Elena Ferreiro.


Una actividad del estudio, utilizando gafas de realidad virtual.

Dando continuidad a proyectos previos del grupo HealthyFit, que exploraban los beneficios de la actividad física con dispositivos de realidad virtual, este estudio se centra en la realización y posterior análisis de un programa de ejercicio basado en el uso de exergames, videojuegos que implican un componente físico y cognitivo. "Ya habíamos trabajado con personas con párkinson o alzhéimer y tratamos de extrapolar esta experiencia previa a un colectivo con el que no se habían realizado intervenciones de este tipo, a pesar de que ya exploramos los beneficios del ejercicio en esta población en un artículo publicado en el Journal Clinical Medicine", apunta Campo.

La esclerosis múltiple, recuerda, es "una enfermedad neurodegenerativa inflamatoria crónica, que implica diferentes afectaciones generales, en la marcha, en el equilibrio y en la fuerza o problemas de control motor y también una sintomatología más específica, como puede ser los cuadros de fatiga muy marcados. Además, afecta a personas muy jóvenes, con los primeros síntomas debutando en la tercera década de la vida". En ese sentido, el objetivo de este programa, que fue realizado a un grupo de personas con una edad media próxima a los 40 años, era contribuir a "mejorar sus capacidades funcionales y su calidad de vida".

UN TOTAL DE 20 ALUMNOS HAN COMENZADO UN PROGRAMA DE EJERCICIO TERAPÉUTICO, DISEÑADO POR ESTUDIANTES DE FISIOTERAPIA

El proyecto abarcó el desarrollo de un programa de ejercicio de ocho semanas, con dos sesiones semanales, en las que un grupo de participantes debía llevar a cabo diferentes actividades con unas gafas de realidad virtual inmersiva Oculus Quest 3. Esta actividad fue supervisada por la fisioterapeuta Elena Ferreiro, como parte de su trabajo final en el máster en Ejercicio Terapéutico en Fisioterapia, junto con el personal de la asociación. De forma paralela, otro grupo de participantes en el estudio siguió realizando las actividades programadas por la asociación. "Acabamos de terminar la intervención y de hacer las evaluaciones finales", añade Campo, que explica que, a falta del análisis de los datos, "los resultados iniciales son positivos".

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

La Voz de Galicia 03/05/2024

Un estudio pionero analiza los beneficios del ejercicio con realidad virtual en personas con esclerosis múltiple

VIGO / LA VOZ

Cerca de una veintena de personas usuarias de la Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple participan en un estudio pionero de la Facultad de Fisioterapia, coordinado por la Universidad de Vigo, dirigido a mejorar sus capacidades funcionales a través del uso de gafas de realidad virtual inmersiva que evalúa los beneficios del ejercicio terapéutico.

Coordinado por los fisioterapeutas Gustavo Rodríguez y Pablo Campo, del grupo de investigación HealthyFit, cuenta con la financiación del Colexio Oficial de Fisioterapeutas de Galicia (Cofiga). «En este colectivo no había investigaciones que explorasen los usos de la realidad virtual inmersiva para la mejora de sus capacidades funcionales», destaca Campo respecto a un estudio en el que participó también la estudiante de máster de la Facultad de Fisioterapia Elena Ferreiro. «Ya habíamos trabajado con personas con párkinson o alzhéimer y tratamos de extrapolar esta experiencia previa a un colectivo con el que no se habían realizado intervenciones de este tipo, a pesar de que ya exploramos los beneficios del ejercicio en esta población en un artículo publicado en el Journal Clínical Medicine», apunta.



El programa de ejercicios evalúa los beneficios que genera.

La Esclerosis Múltiple, recuerda, es «una enfermedad neurodegenerativa inflamatoria crónica, que implica diferentes afectaciones generales, en la marcha, en el equilibrio y en la fuerza o problemas de control motor y también una sintomatología más específica, como puede ser los cuadros de fatiga muy marcados. Además, afecta a personas muy jóvenes, con los primeros síntomas debutando en la tercera década de la vida». En ese sentido, el objetivo de este programa, que fue realizado a un grupo de personas con una edad media próxima a los 40 años, era contribuir a mejorar sus capacidades funcionales y su calidad de vida.

El proyecto abarcó el desarrollo de un programa de ejercicio de ocho semanas con dos sesiones semanales en las que un grupo de participantes debía llevar a cabo diferentes actividades con unas gafas de realidad virtual inmersiva Oculus Quest 3. Los usuarios de Avempo trasladan un alto grado de satisfacción tras participar y los resultados iniciales son positivos.

DÍA MUNDIAL DA ESCLEROSE MÚLTIPLE

La Voz de Galicia 30/05/2024

DÍA MUNDIAL

La Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple pide mas recursos y donaciones

La Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple de Pontevedra (AVEMPO) se une hoy a la celebración del Día Mundial de la Esclerosis Múltiple para reivindicar un diagnóstico precoz para las personas que conviven con la enfermedad. Se suman a la campaña «Mi diagnóstico de EM» para relatar su experiencia con los primeros síntomas de la enfermedad y reclamar más recursos con donaciones.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

Atlántico Diario 30/05/2024

AÑO XXXVII
NÚMERO 13.383

Atlántico

Jueves 30
Mayo de 2024
VIGO
1,40 €



Verano musical en Vigo
Vetusta Morla y Xoel López actuarán en Castrelos el 16 de agosto PÁG. 4

Sánchez: "Todo es fango"
Feijóo: "La Moncloa está investigada por corrupción" P. 27



Colegios concertados de Vigo apuestan por la FP: piden 570 nuevas plazas

Cuatro centros vigueses solicitan a la Xunta impartir 11 nuevos ciclos y cursos de especialización ante el aumento de la demanda. En alguno este curso quedaron 100 alumnos en lista de espera, por eso pretenden ampliar la oferta PÁG. 2

El Gobierno cifra en 4.000 millones el rescate de la AP-9 y lo ve "inasumible"

El Parlamento gallego retoma la petición de la transferencia y los tres portavoces defenderán en el Congreso la iniciativa PÁG. 22



Un grupo de enfermos de esclerosis múltiple usuarios de Avempo en Vigo, asociación que les proporciona su apoyo.

La vida incierta con esclerosis múltiple

Enfermos de Vigo reivindican un diagnóstico precoz: "Asusta porque no sabes lo que te espera" P. 10

La automoción de Vigo se blinda con ERTES ante el vaivén de la producción PÁG. 30

La unidad policial de violencia de género de Vigo, en la cuerda floja PÁG. 3

Patrimonio, a favor de "tapar" el castro hallado en A Guía PÁG. 13

La Audiencia avala que se investigue a la esposa de Pedro Sánchez PÁG. 26



Ayer ya hubo ambiente de playa.

Llega el calor tras el mayo más lluvioso en Vigo y su área PÁG. 7



Atlántico TV



FRANCISCO MILLÁN MON
Candidato del PPdeG a las elecciones europeas

"El Gobierno ha hecho una gestión equivocada de los fondos Next Generation" PÁG. 8

"La esclerosis múltiple asusta porque no sabes qué te espera"

Usuarios de Avempo reivindican un diagnóstico precoz en el Día Mundial de esta enfermedad y lanza una campaña de microdonaciones para financiar sus servicios

R. SUÁREZ. VIGO
rsuarez@atlantico.net

Usuarios de la Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple (Avempo) relataron en primera persona su experiencia con los primeros síntomas de la enfermedad y las cuestiones que echan en falta. La entidad pide más apoyo social y pone en marcha una campaña de microdonaciones para mantener los servicios que ofrece a los afectados y a sus familiares.

Olegario Rodríguez tiene 38 años y recibió el diagnóstico con 24. Explica que antes del diagnóstico tenía pesadez en las piernas y estaba limitado para hacer cualquier actividad. "Recibí el diagnóstico con asombro, no sabía qué era la esclerosis múltiple. Agradezco el trato con los médicos". Su madre, Belén Feijóo, reconoce que se asustaron y que hubieran necesitado más ayuda a nivel informativo y psicológico. Echa en falta un centro especializado, con más medios y más profesionales, y más investigación para encontrar la cura.

Olga Figueroa, de 58, fue diagnosticada con 27 después de notar que le fallaba una pierna cuando caminaba por la playa. "M primera reacción fue ponerme a llorar. Pregunté si era hereditario porque me preocupaban mis hijas, pero no era así y tiré para adelante". Explica que al principio no había tratamiento y ahora sí. "Hubo una gran evolución, las personas que son diagnosticadas ahora están mucho mejor".

Carmen Comesaña, de 43 años, recibió el diagnóstico con 30. No veía nada por el ojo derecho. No sabía qué era la enfermedad y se sentía perdida, a medida que avanzaba supo que implicaba problemas más serios que la vista. "Para los nuevos diagnosticados descaría que tuviesen más información y que sepan lo que puede ocurrir. Antes yo no quería venir a la asociación o estar en la sala de espera porque veía a personas más afectadas y que yo podía acabar así, pero aprendí que el hecho de no verlo no significa que no exista esa posibilidad".


Olegario, de 38 años, con su madre.

"RECIBÍ CON ASOMBRO EL DIAGNÓSTICO, NO SABÍA LO QUE ERA. TENÍA PESADEZ EN LAS PIERNAS. AGRADEZCO EL TRATO CON LOS MÉDICOS"


Olga Figueroa.

"MI PRIMERA REACCIÓN FUE LLORAR. PREGUNTÉ SI ERA HEREDITARIA PORQUE ME PREOCUPABAN MIS HIJAS. NO LO ES Y TIRÉ ADELANTE"


Carmen Comesaña.

"NO VEÍA NADA POR EL OJO DERECHO. A MEDIDA QUE AVANZABA LA ENFERMEDAD EMPECÉ A SER MÁS CONSCIENTE DE LO QUE IMPLICABA"

LA ASOCIACIÓN PIDE AYUDA PARA SUS SERVICIOS BÁSICOS

Con motivo del Día Mundial de la Esclerosis Múltiple, que se celebra hoy, Avempo reclama un diagnóstico precoz para iniciar el tratamiento cuanto antes y retrasar la progresión de la enfermedad, minimizando así las discapacidades asociadas. Urgen también una mejor formación en esta dolencia para los profesionales sanitarios, así como la necesidad de más recursos y el impulso a nuevas investigaciones. A nivel local, solicitan ayuda para poder mantener sus servicios básicos, como atención social, fisioterapia, psicología, terapia ocupacional y logopedia. La asociación ha puesto en marcha una nueva vía de colaboración a través de Teaming, una plataforma de microdonaciones por la que cualquier persona puede colaborar en el mantenimiento de los servicios donando un euro al mes. Para animar a la participación, pacientes y familiares han grabado un vídeo explicando en qué consiste esta iniciativa.

Faro de Vigo 30/05/2024

Las personas afectadas de esclerosis múltiple reclaman un diagnóstico precoz

La demora puede alcanzar tres años en al menos un 20% de los pacientes

R. LÓPEZ
VIGO

Cada cinco minutos se diagnostica en el mundo un nuevo caso de esclerosis múltiple (EM), enfermedad neurodegenerativa de la que se conmemora hoy su día mundial. En España, la demora en el diagnóstico puede alcanzar hasta los tres años en al menos un 20% de los pacientes, especialmente en las formas de inicio progresivo, según apuntó ayer la Sociedad Española de Neurología (SEN). Por ello, las asociaciones que engloban a pacientes y familiares reclaman un diagnóstico precoz de esta dolencia, que afecta a 55.000 personas en España, unas 4.500 en Galicia.

La Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple de Pontevedra (Aempo) se suma a la campaña mundial 'Mi diagnóstico de EM' para, a través de los testimonios de personas afectadas que forman parte de la asociación, abogar por un diagnóstico temprano y preciso para todas las personas que viven con EM, una mejor formación en la enfermedad para los profesionales sanitarios y nuevas investigaciones y avances clínicos en el diagnóstico. Los relatos de las personas afectadas pueden leerse en la web de Avempo (avempo.org).

"Identificar la enfermedad en sus etapas iniciales permite a los médicos implementar estrategias de manejo adecuadas, como la terapia farmacológica y la rehabilitación, para retrasar la progresión de la enfermedad y minimizar las discapacidades asociadas", destaca Avempo. Sin embargo, el diagnóstico de la EM, conocida como 'enfermedad de las mil caras', sigue siendo un desafío por la variedad de síntomas que pueden confundirse con otras afecciones y la falta de marcadores biológicos y pruebas definitivas, recuerda esta asociación.


Pacientes, familiares y trabajadoras de la asociación Avempo de Vigo.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

IRPF FEGADEM (FISIOTERAPIA)

La Voz de Galicia 18/06/2024

La asociación de esclerosis múltiple tendrá un fisioterapeuta para los pacientes

VIGO / LA VOZ

La Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple (Avempo), miembro de la federación gallega de personas con esta enfermedad, ofrecerá este año el programa de rehabilitación con el fin de mejorar la calidad de vida de los pacientes. La entidad ofrece sesiones individuales y grupales dirigidas a mantener o incluso mejorar las funciones de los afectados. La entidad mantendrá contratada entre los meses de junio y diciembre a una profesional gracias a la cofinanciación de la Xunta. Se paga a través de los fondos del 0,7 % del IRPF de la declaración de la renta de contribuyentes que marcaron el cuadro de actividades de interés social. De este programa se beneficiarán más de 30 personas.

Además, con esta ayuda se podrá renovar el material de fisioterapia y realizar labores de mantenimiento en su centro de rehabilitación, con el fin de mantener y mejorar la calidad de los servicios que la asociación ofrece a sus usuarios. La esclerosis múltiple es una enfermedad del sistema nervioso central, crónica y neurodegenerativa. Los síntomas tempranos son fatiga, hormigueos, vértigos...

MÓLLATE POLA ESCLEROSE MÚLTIPLE

Faro de Vigo 10/07/2024

Vigo acoge la VII campaña solidaria 'Móllate' por la esclerosis múltiple

La Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple de Pontevedra (AVEMPO) celebra por séptimo año consecutivo en Vigo la campaña solidaria 'Móllate' por la esclerosis múltiple que se celebrará el próximo domingo 14 de julio en la playa de Samil. A lo largo del día se celebrarán distintas actividades lúdicas en la piscina 'Samil San Remo' para todas las edades. Entre las novedades de este año destaca una ruleta solidaria con premios.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

Atlántico Diario 10/07/2024

Avempo 'se mojará' por la Esclerosis Múltiple este domingo

REDACCIÓN. VIGO
redaccionad@atlantico.net

La Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple de Pontevedra (Avempo) celebrará este domingo, por séptimo año consecutivo, la campaña solidaria "Mójate por la Esclerosis Múltiple", acuñada en Galicia como "Móllate". Así, la playa de Samil acogerá esta campaña de sensibilización social que tiene como objetivo acercar a la sociedad una enfermedad neurológica que afecta a más de 3.700 personas en Galicia y alrededor de 55.000 en España.

En esta nueva edición de "Móllate" pacientes, familiares y profesionales de Avempo estarán informando sobre la campaña y animando a la participación social a lo largo del día. La asociación instalará una carpa con el merchandising exclusivo de la campaña y material de la propia entidad junto a la piscina "Samil San Remo". Todos los fondos recaudados se destinarán al mantenimiento de los servicios que Avempo ofrece en su sede a las personas afectadas por la enfermedad y sus familiares.

A lo largo de todo el día, la asociación celebrará distintas actividades lúdicas en la piscina para todas las edades. Entre otras acciones, Avempo instalará una ruleta solidaria con premios para quienes participen con su donativo. Durante la jornada se celebrarán también clases acuáticas en la piscina y diversas actividades.

La asociación convoca también los ya tradicionales chapuzones solidarios por la Esclerosis Múltiple. El acto principal tendrá lugar a las 13 horas en la playa, donde afectados, familiares y profesionales de Avempo animarán a los bañistas a unirse a la causa.

Faro de Vigo 15/07/2024

Pacientes y familiares se suman al chapuzón por la esclerosis múltiple en Samil

Decenas de bañistas y peatones participaron en la iniciativa solidaria organizada por Avempo

REDACCIÓN

La playa viguesa de Samil acogió ayer la celebración de la campaña de sensibilización social *Mójate por la Esclerosis Múltiple*, acuñada en la comunidad gallega como *Móllate*. Cientos de personas se acercaron a lo largo del día hasta el arenal para apoyar la iniciativa puesta en marcha por séptimo año consecutivo la Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple de Pontevedra (Avempo) y mojarse en solidaridad con las personas que conviven con la conocida como enfermedad de las mil caras.

El sol salió para permitir la vuelta de actividades lúdicas y deportivas a la piscina Samil San Remo, en las que participaron numerosas personas de todas las edades. Este año Avempo instaló una ruleta solidaria que tuvo una gran acogida por parte de los bañistas y paseantes.

La asociación viguesa celebró también el ya tradicional chapuzón solidario para apoyar esta enfermedad en la playa. Decenas de personas se sumaron en el arenal a los pacientes, familiares y profesionales de la asociación al grito de *Móllate* para posteriormente darse un baño en el mar para visibilizar la esclerosis múltiple. Entre las personas asistentes se encontraba la concejala de Política Social del Concello de Vigo, Yolanda Aguiar, y la delegada de la Xunta en Vigo, Ana Ortiz, que quisieron apoyar la causa.

La esclerosis múltiple afecta a más de 3.700 personas en Galicia y unas 55.000 en España.



Participantes en el chapuzón solidario por la esclerosis múltiple, ayer en Samil. // María G. Brea

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

Atlántico Diario 15/07/2024

Vigo se moja en Samil para luchar contra la esclerosis múltiple

La Asociación Avempo celebró una jornada de actividades en la playa para dar a conocer esta enfermedad al público

FOTOGRAFÍAS: JUANCHO EVERMAN



Participantes y autoridades, al inicio del acto en Samil.

R.C. VIGO
redaccionad@atlantico.net

La concejala de Política Social y Turismo, Yolanda Aguiar; la delegada de la Xunta en Vigo, Ana Ortiz Álvarez, y el director xeral de Maiores e Persoas con Discapacidade de la Xunta, Fernando González Abeijón, fueron algunas de las personas que este domingo no dudaron en darse un chapuzón en el mar, en la playa de Samil, para solidarizarse con la causa de la esclerosis múltiple.

Avempo (la Asociación Viguesa de Esclerose Múltiple de Pontevedra) se sumó ayer a los actos de la campaña nacional "Mójate por la Esclerosis Múltiple", llevada a cabo simultáneamente en más de 900 playas españolas y que en Galicia es conocida como "Móllate".

Esta nueva edición, la séptima que se realiza en Vigo, se desarrolló en el conocido arenal vigués –tanto en el mar como en la piscina–, donde, a lo largo de todo el día, se celebraron numerosas actividades para dar a conocer esta enfermedad, que afecta a 3.700 personas en Galicia y unas 55.000 en España. "El chapuzón se realizó a la hora prevista, porque levantó el día. También se mojaron las autoridades. La verdad es que cada año hay más participación", señaló a este diario Andrea Soliño, trabajadora social de Avempo.

La mañana se iniciaba con una clase de gimnasia acuática, aunque los participantes también pudieron disfrutar de una ruleta solidaria, que tuvo una gran acogida por parte dos bañistas y paseantes, una clase de fitness en el agua, dos búsquedas del tesoro, también en el agua, y realizar los "metros solidarios", un juego para formar la palabra "Móllate". Además, se instaló una carpa informativa, donde los visitantes podían adquirir merchandising para recaudar fondos para la asociación Avempo o inscribirse como socios.

La esclerosis múltiple es una enfermedad autoinmunitaria que afecta el cerebro y la médula espinal (sistema nervioso central) y que puede provocar discapacidad. Todavía no se conoce una cura para ella, aunque sí hay tratamientos para retrasar su evolución.

Avempo, entidad fundada en 1996, cuenta en la actualidad con más de 500 socios y por sus locales de la calle Camilo Veiga, 44, en el barrio vigués de Bouzas, pasan semanalmente unas 80 personas para recibir sus servicios: fisioterapia, terapia ocupacional, logopedia y atención social y psicológica.

Como destacaba su trabajadora social, Andrea Soliño, "el objetivo de Avempo es seguir prestando día a día nuestros servicios sociosanitarios a las personas que padecen esta enfermedad y dar apoyo a sus familias y entorno".


Yolanda Aguiar (centro), Ana Ortiz (detrás, en segundo término) y Abeijón (de naranja), saliendo del mar de su chapuzón solidario.




Una de las actividades realizadas en la piscina de Samil. A la derecha, el stand de Avempo, para informar sobre la enfermedad y recaudar fondos.

Atlántico TV
El chapuzón, en vídeo
www.atlantico.net

La Voz de Galicia 15/07/2024

ESCLEROSIS MÚLTIPLE

Los vigueses se «mollaron» por la causa en Samil

La arena de Samil fue escenario ayer de la celebración en Galicia de la campaña de sensibilización social «Mójate por la Esclerosis Múltiple», acuñada en la comunidad gallega como «Móllate». Varios cientos de personas se acercaron a lo largo del día hasta el arenal para apoyar la iniciativa puesta en marcha por séptimo año consecutivo por la Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple de Pontevedra (Avempo) y mojarse en solidaridad con las personas que conviven con la conocida como «enfermedad de las mil caras». Los asistentes se interesaron por la iniciativa y por colaborar con Avempo mediante donativos y la compra del merchandising oficial de la campaña, «Mójate».



El Progreso de Lugo 15/07/2024



Chapuzón solidario en Samil por los afectados por la esclerosis múltiple

La playa viguesa de Samil fue escenario ayer de la campaña de sensibilización social 'Móllate pola Esclerose Múltiple', cuyo objetivo es visibilizar la realidad de una enfermedad del sistema nervioso que afecta al cerebro y a la médula que afecta en Galicia a 3.700 personas, 55.000 en el conjunto de España. Quienes acudieron al arenal respondiendo a la llamada de la asociación Avempo se zambulleron en solidaridad con los afectados. La campaña tuvo eco en más de 900 playas y piscinas de España. EP

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

Atlántico Diario (suplemento Vida) 21/07/2024



Plácido, Manuela, Inés y Manuel.



Andrea, Ángela y Mónica.

"MÓJATE POR LA ESCLEROSIS MÚLTIPLE" PARA AUMENTAR LA CONCIENCIA SOCIAL

La playa de Samil acogió "Mójate por la Esclerosis Múltiple", acuñada en la comunidad de Galicia como "Móllate", una campaña solidaria que busca aumentar la concienciación social y, a su vez, recaudar fondos para mantener y mejorar los servicios de atención y rehabilitación que prestamos desde las organizaciones de pacientes a las personas afectadas por esta enfermedad y sus familias. Este verano, la solidaridad volvió a inundar la playa de Samil con chapuzones solidarios por la Esclerosis Múltiple y actividades para toda la familia viguesa.



Un momento de la actividad.



Diego y Marta.



Nati, Martina y Marcos.



Sandra y Lucía.



Susana, Fernanda y Alice.



Jacobo, Ana y Jacobo.

EU MÓVOME POLA EM

Faro de Vigo 26/09/2024

Avempo abre las inscripciones para la XII Carrera Solidaria "Eu Móvome pola Esclerose Múltiple"

Las inscripciones de la XII Carrera Solidaria "Eu Móvome pola Esclerose Múltiple" ya están abiertas. El evento deportivo organizado por la Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple vuelve a Bouzas el próximo 27 de octubre a las 11 h. en la Alameda Suárez Llanos. El registro de participantes puede realizarse hasta el próximo 23 de octubre a través del portal https://magmasports.es/, siendo Team Relay S.L la empresa encargada del control técnico. La asociación llama a la participación social, repitiendo la fórmula tradicional de su prueba en modalidad presencial: dos carreras cronometradas de 5K y 10K y una *andaina* de 5K.

Atlántico Diario 26/09/2024 (Portada)

VICENTE ALONSO



LA CARRERA DE LA ESCLEROSIS ABRE LA INSCRIPCIÓN

El plazo de inscripción para la carrera de la esclerosis múltiple a favor de la asocición viguesa Avempo abrió ayer. El evento se celebra el domingo 27 de octubre y los precios van de los 3 a los 12 euros. PÁG. 44

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

Atlántico Diario 26/09/2024 (Deportes)

La carrera de la esclorosis abre las inscripciones

ATLETISMO

REDACCIÓN. VIGO
deportesad@atlantico.net

Avempo anunció ayer la apertura de inscripciones para la ya tradicional EuMóvome, su carrera solidaria de la esclorosis múltiple, que es uno de sus pilares para financiarse. Esta asociación viguesa presta diferentes servicios (psicólogo, fisioterapeuta, gimnasia, terapia ocupacional...) a los afectados por esta enfermedad degenerativa y a sus familiares.

El evento, que se disputa este domingo 27 de obtubre, mantiene su formato habitual con salida y llegada en la Alameda de Bouzas, cerca de la sede de la entidad, y las modalidades de 5 o 10 kilómetros. Es decir, una vuelta o dos a un trazado fundamentalmente llano por Beiramar y regreso a la zona de salida a través de la calle Tomás Alonso, en la que sí que se encontrarán varias zonas de subida. En todo caso, ligeras.

Además de las pruebas cronometradas, la organización también ofrece la opción da afrontar el trazado a modo de 'andaina' y para todas las edades, de forma que los menores pueden participar, siempre acompañados por adultos. Los corredores rápidos saldrán a las 11:00 horas y los caminantes unos segundos después.

La plataforma para anotarse el evento es magmasports.es y los precios van desde los 3 euros de la caminata para menores hasta los 12 de la prueba larga de 10.000 metros. También se ofrece la opción de hacer una donación -dorsal 0- con un valor de 5 euros. Habitualmente, la cita reúne a cerca de una millar de personas en Bouzas.



El pelotón toma la salida en la edición de la carrera disputada en 2023.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

Atlántico Diario 26/09/2024 (Local)



Una imagen de la carrera del año pasado en la ciudad.

Avempo llama a participar en su carrera solidaria

REDACCIÓN. VIGO
redaccionad@atlantico.net

La Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple llama a la participación social en la décimo segunda carrera solidaria el próximo día 27 de octubre. Avempo repite la fórmula tradicional de su prueba en modalidad presencial: dos carreras cronometradas de 5 y 10 kilómetros y una andaina de 5 kilómetros para que puedan participar menores acompañados de un adulto y personas que quieran caminar. La salida y la meta estarán en la Alameda Suárez Llanos y recorrerá las calles Pescadores, Eduardo Cabello, Beiramar, Jacinto Benavente, Coruña y Tomás Alonso.

Faro de Vigo 22/10/2024

Avempo organiza su carrera solidaria por la esclerosis

REDACCIÓN
Lugar

La Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple (Avempo) lanza un llamamiento a la participación social para impulsar las inscripciones de la XII Carrera Solidaria 'Eu Móvome pola Esclerose Múltiple', que tendrá lugar este domingo 27 de octubre a las 11:00 horas en la alameda de Bouzas. Hasta la fecha se han anotado 800 personas, cuando el pasado año llegó a superar las 1.350. Las inscripciones se cierran este miércoles.

A pesar de los patrocinios, la entidad debe asumir parte de los costes de la organización de la prueba deportiva. Avempo busca con este evento cumplir con el principal objetivo de la carrera: recaudar fondos para el mantenimiento de los servicios que ofrece en su sede a las personas afectadas de esclerosis múltiple y sus familiares.

La carrera, de carácter competitivo y cronometrada, cuenta con dos modalidades: 5K (una vuelta al recorrido) y 10K (dos vueltas al recorrido). También ofrece una 'andaina' de 5K sin límite de edad y ha habilitado un 'dorsal 0' solidario.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

Atlántico Diario 22/10/2024

Se busca superar el millar de participantes en Bouzas

ESCLEROSE MÚLTIPLE

REDACCIÓN. VIGO

deportes@atlantico.net

La asociación viguesa Avempo dio a conocer ayer que la carrera solidaria EU Móvome pola Esclerose Múltiple alcanzó los 800 anotados, pero la organización desea aumentar la cifra y superar el millar de participantes. Incluso, poder llegar a las 1.350 personas que se anotaron el pasado año para un evento que ayuda a cubrir los gastos del colectivo que ofrece diferentes servicios a los afectados por escleroris múltiple y a sus familiares.

El plazo para anotarse termina mañana miércoles en la web magmasport.es y las modalidades son múltiples porque hay dos carreras competitivas, una de 10 y otra de 5 kilómetros, además de una caminata, y existe la opción de tener un dorsal 0 solidario para todos aquellos que no puedan acudir, pero sí opten por realizar una donación.

El epicentro de la prueba es la Alameda de Bouzas, el lugar en el que se realiza la salida y la llegada de las diferentes pruebas.



Los integrantes de Avempo posan en una fotografía para promocionar la carrera solidaria del domi

Faro de Vigo 23/10/2024

La Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple celebra su tradicional carrera solidaria «Eu Móveme», un evento que resulta crucial para mantener los servicios que presta la entidad a los pacientes diagnosticados con esta patología. El plazo de inscripción finaliza este miércoles y piden apoyo a la ciudadanía.

MÓNICA REGUERA | Vicepresidenta de Avempo

"Tuvimos que adaptarnos todos en casa a la enfermedad"



La presidenta de Avempo, Lara González, junto a Mónica Reguera. | Pablo H. Gamarra

CAROLINA SERTAL

A la semana, la Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple de Pontevedra (Avempo) presta servicio a 80 pacientes que se desplazan a su sede desde distintos puntos de la provincia. Su vicepresidenta, Mónica Reguera, analiza la importancia que tuvo en su caso contar con el apoyo de la entidad y por qué es fundamental que la sociedad se vuelque en la carrera solidaria que celebran el próximo domingo.

– ¿Por qué la carrera «Eu Móveme» resulta imprescindible para Avempo?

– Avempo es una entidad sin ánimo de lucro y buscamos todo el tiempo fondos para poder mantener los servicios que prestamos a los usuarios. Las subvenciones públicas cada vez son menos y de menor cuantía, por lo que necesitamos la solidaridad de todas las personas que puedan ayudarnos, desde empresas que nos ayuden con el patrocinio a las personas que se apunten a correr o a las que cojan el dorsal 0 y aporten un donativo. En Avempo tenemos tres fisioterapeutas, un logopeda, un terapeuta ocupacional, una psicóloga, una trabajadora social, un responsable de comunicación y una auxiliar administrativa, un equipazo para ayudar a mejorar la calidad de vida de todos los usuarios. La esclerosis múltiple es una enfermedad crónica y la Seguridad Social no nos cubre la rehabilitación. Te pueden dar unas diez primeras sesiones, pero realmente los pacientes necesitan una rehabilitación continua que permita que la enfermedad no avance y que mejoren su día a día. En el caso de mi marido, él tiene tres sesiones de fisio a la semana, dos sesiones de logopedia y una de terapia ocupacional. Todo esto, fuera de Avempo, a nivel económico sería inviable, porque es todas las semanas de todos los meses y de todos los años. Es algo continuo que no puedes abandonar en cualquier momento, porque necesitas esa terapia para continuar con la vida.

– Cuando llega el diagnóstico, ¿qué supuso contar con el apoyo de Avempo?

«En Avempo están totalmente pendientes de los pacientes y de los cuidadores»

– Con el tiempo te das cuenta de que si no llega a ser por la asociación... ¡a saber dónde estaríamos! Mi marido salió del hospital y el médico me dijo: Tranquila, que lleva una incapacidad total. Me dirigí a Avempo y la trabajadora social me facilitó las gestiones de la valoración de la discapacidad, por ejemplo. Por otra parte, como la asociación cuenta con un equipo multidisciplinar, pasa de ser valorado por los profesionales de fisioterapia a logopedia cuando empieza con los problemas de deglución, y después a terapia ocupacional. En este caso, la terapeuta ocupacional no solo se encarga de mantener la agilidad en las manos, sino que se desplaza a tu casa para orientarte en cómo puedes adaptar mejor lo que el paciente necesita en el día a día. Por poner otro ejemplo, recuerdo cuando nos dieron una silla a través de la Seguridad Social y al llegar a Avempo, en rehabilitación, ya nos comentaron que ese tipo de silla no se ajustaba a las necesidades de mi marido. Gracias al informe que presenté de la rehabilitadora, pudimos acceder a un cambio de silla, pero si a nosotros nadie nos lo dice, habríamos seguido con la primera.

– Y como cuidadora, ¿de qué forma repercute el hecho de disponer una entidad al servicio de los pacientes?

– Esa es la parte asociativa, porque encuentras a personas en circunstancias similares y que entienden tu situación. Aquí te sientes acompañada, comprendida, te aconsejan, es una parte más de tu familia, porque te ayudan constantemente. Tienes el servicio de psicología e incluso puedes contar con los fisios, que te dan algún masaje si estás muy cargada con dolores de espalda, te enseñan cómo levantarlo sin forzarte. Están totalmente pendientes tanto de los usuarios como de los cuidadores. Organizan charlas informativas para mantenernos al tanto, me siento como en casa. No me imagino cómo habrían sido estos 14 años desde el diagnóstico, cómo los podríamos haber superado sin ellos.

– Los cuidados son la otra cara de muchas patologías, ¿pero cómo fue el cambio cuando entra la esclerosis múltiple en su vida?

– A mi marido le diagnosticaron una esclerosis múltiple primaria progresiva y la enfermedad fue aumentando paulatinamente. Ahora es usuario de silla de ruedas, totalmente dependiente. En aquel momento estaba trabajando y tuve mucha suerte porque comprendieron perfectamente la situación, pude adaptar el horario y luego teletrabajar. Hubo muchos cambios en nuestra vida, desde vender la casa en la que vivíamos porque tenía escaleras hasta cambiar de lugar de residencia, porque nos vinimos desde Mos a Vigo. Mi marido tenía una Scooter eléctrica pequeñita, tenía algo de movilidad y podía ir él solo a las revisiones médicas. Tuvimos que adaptarnos todos en casa a la enfermedad. Cuando llegó el diagnóstico, mis hijas tenían 10 y 15 años y en Avempo pudieron recibir apoyo psicológico, también nos ayudó mucho el saber que la asociación estaba ahí en ese sentido.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

La Voz de Galicia 25/10/2024

Más de 1.500 personas se apuntan a la carrera por la esclerosis múltiple

VIGO / LA VOZ

Más de 1.500 personas se sumarán este domingo 27 de octubre a la XII Carrera Solidaria *Eu Móvome pola Esclerose Múltiple*. La Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple (Avempo) cerró las inscripciones para la prueba presencial con un pelotón solidario que supera a los inscritos en la anterior edición. Avempo ha querido agradecer el gran apoyo social recibido en los últimos días tras su llamamiento a la participación. Para poder seguir recaudando fondos para la causa, la entidad mantendrá las inscripciones de los donativos a través del Dorsal 0 solidario hasta el próximo domingo, cuando se celebrará la prueba presencial en Bouzas. La personas interesadas en colaborar, pueden hacerlo a través del portal Magmasports.

La recogida de dorsales y chips podrá realizarse en la sede de Avempo (Camilo Veiga, 44) mañana de 10.30 a 18.30 horas y en la alameda de Bouzas el día de la carrera, a partir de las 9.00 horas.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

Faro de Vigo 28/10/2024



Imagen de la salida de la carrera en la alameda de Bouzas. | Marta G.Brea

El Delikia firma otro doblete en Bouzas

David Troncoso y Noemí Alvarez se imponen en la carrera «Eu móvome pola esclerose» que reunió a 1.500 deportistas





Diferentes momentos de la carrera. A la izquierda, los dos podios de las carreras masculinas. | Marta G.Brea





REDACCIÓN
Vigo

El Delikia impuso su ley en la carrera «Eu móvome pola esclerose múltiple» que, organizada por AVEMPO, reunió en Bouzas a más de mil quinientos deportistas que se repartieron entre las diferentes modalidades: la carrera de 10 kilómetros, la de 5 kilómetros o la andaina que juntó a familias enteras y animosos grupos de personas dispuestos a entregar una mañana al deporte y a la solidaridad.

En lo estrictamente deportivo, el Delikia logró su objetivo de hacerse con el triunfo en las dos carreras largas. En la carrera femenina Noemí Alvarez (líder del circuito Run Run Vigo aunque esta prueba no puntuaba para el circuito de carreras populares de la ciudad) logró el triunfo con un minuto de ventaja sobre su inmediata perseguidora. La deportista del Delikia completó los diez kilómetros en un tiempo de 40:31. Por detrás de ella se clasificó Silvia García (Ponte a correr) con un tiempo de 41:31. Completó el podio Rocío Rodríguez (Athletics Fisioterapia San Lázaro) con un crono de 43:31.

En la carrera masculino la victoria por escaso margen fue para David Troncoso que finalizó la carrera con un tiempo de 33:55 y se impuso por escaso margen a José Alberto Bastos del ADN Runners Telmo Peluqueros (33:58) en un gran final. Ismael Lago, del San Miguel de Marín, fue tercero con un tiempo de 34:31.

En las carreras de cinco kilómetros se impusieron Ana Paula Vilar (Comesaña) con un tiempo de 21:21 y Luis Piña (integrante también del Delikia) con un tiempo de 17:08.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

Atlántico Diario 28/10/2024

Atlántico
Y ADEMÁS, ESPECIAL INNOVACCIÓN
Lunes 28 Octubre de 2024 atlantico.net

LOS DEPORTES

VICENTE ALONSO



Combate contra la esclerosis

La villa marinera de Bouzas acogió ayer la carrera 'Eu Móvome pola esclerose múltiple'. Organizada por Avempo, congregó a más de 1.400 deportistas, con dos pruebas de 5 y 10 kilómetros. Venció Noemí Álvarez en categoría femenina y David Troncoso en la masculina, pero lo más importante fue la gran cantidad de solidaridad frente a una enfermedad que ataca al cuerpo y a su movilidad. PÁG.32

JORGE SANTOMÉ



EL CORUXO MERECE MÁS PERO NO PUEDE CON EL VALLADOLID B

El Coruxo empató ayer (0-0) en O Vao ante el filial del Valladolid en un encuentro en el que tuvo las mejores oportunidades pero se impusieron las defensas a los ataques. Con este resultado sigue en la zona media-baja de la clasificación. PÁG.23

EP



CARLOS SAINZ SE MOSTRÓ IMBATIBLE EN MÉXICO

Carlos Sainz consiguió en el Gran Premio de México su cuarta victoria en Fórmula 1 y la segunda de la temporada. Partió desde la pole y lideró la prueba en una destacada actuación del piloto de Ferrari. Norris y Leclerc se subieron al podio. PÁG.30

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

Zancadas solidarias en Bouzas

Unas 1.400 personas participaron en la carrera y 'andaina' por la esclerosis múltiple organizada por Avempo

REDACCIÓN. VGO

FOTOS: VICENTE ALONSO

Un total de 1.430 personas, según los datos aportados por la organización, participaron ayer en la duodécima edición de la carrera solidaria 'Eu móvome pola esclerose múltiple', un acto deportivo organizado por la Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple (Avempo) y que constó de dos pruebas competitivas -una de 10 kilómetros y otra de 5-, además de una 'andaina' y un dorsal 0 solidario.

La Alameda de Bouzas se convirtió en el centro neurálgico de un evento que cada año aumenta la participación y que en esta ocasión contó además con la bendición del sol de otoño, que siempre se agradece.

A las 11:00 horas se daba la salida y los corredores de la carrera de 10 kilómetros tuvieron que dar dos vueltas a un recorrido que incluía las calles Pescadores, Eduardo Cabello, Beiramar, Jacinto Benavente, Coruña y Tomás A. Alonso, un trazado que los inscritos en la prueba de 5 kilómetros hicieron una sola vez.

En la carrera larga, en categoría masculina se produjo un mano a mano entre David Troncoso y José Alberto Bastos que se resolvió en los últimos metros en favor del primero, que firmó un tiempo de 33:55 minutos y aventajó en poco más de tres segundos a Bastos. Completó el podio Ismael Lago, que cruzó la meta a más de medio minuto de los dos primeros.

En categoría femenina, la victoria fue para Noemí Álvarez (40:31), con un minuto de renta sobre la segunda, Silvia García, y con Rocío Rodríguez completando el podio.

Un total de 304 deportistas completaron la 10K, mientras que la de 5 kilómetros contó con 403 y, entre los hombres, se impuso Luis Piña (17:08), mientras que entre las mujeres, la más rápida fue Ana Paula Vilar (21:21). Además, 687 personas realizaron la 'andaina'.



La Alameda de Bouzas se convirtió en el centro neurálgico de la prueba, que tuvo en ese espacio la salida y la meta.

CLASIFICACIONES

10K MASCULINA

1.	David Troncoso	33:55
2.	José Alberto Bastos	33:58
3.	Ismael Lago	34:31
4.	Daniel Bargiela	34:36
5.	Alberto Fernández	35:58

10K FEMENINA

1.	Noemí Álvarez	40:31
2.	Silvia García	41:31
3.	Rocío Rodríguez	43:31
4.	Lea Meeskjaer	44:53
5.	Elena Pérez Mariño	45:27

5K MASCULINA

1.	Luis Piña	17:08
2.	Anxo Otero	17:14
3.	Aitor Montero	17:45
4.	Dario Arias	18:05
5.	Adrián Rodríguez	18:19

5K FEMENINA

1.	Ana Paula Vilar	21:21
2.	Teresa Caballeiro	23:43
3.	Ana Pulme	23:46
4.	Patricia Alonso	23:56
5.	Claudia Rivas	24:49







El grupo cabecero de la carrera de 10K; a la derecha, dos momentos de la salida, con Abel Caballero arriba.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

XORNADA 'HABLEMOS SIN TABÚES'

Faro de Vigo 01/10/2024

Jornada en Samil contra los prejuicios sobre la esclerosis múltiple

La Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple (AVEMPO) organiza el próximo jueves 17 de octubre la jornada de sensibilización sobre la Esclerosis Múltiple *HablEMos sin tabúes*, que tendrá lugar a partir de las 16.20 h. en el Hotel Attica 21, en Samil. La entrada al evento es gratuita, previa inscripción. Las doctoras María Jesús Lago Vilaboa y Elena Álva-rez, del Chuvi, entre los ponentes.

La Voz de Galicia 01/10/2024

Avempo aborda en unas jornadas el testamento vital, testimonios y avances médicos en la esclerosis

VIGO / LA VOZ

La Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple, Avempo, organiza el próximo jueves, 17 de octubre, en Vigo, la jornada de sensibilización sobre la Esclerosis Múltiple *Hablemos sin tabúes*, que tendrá lugar a partir de las 16.20 horas en el Hotel Attica 21 (Avenida de Samil, 15). La entrada al evento es gratuita, previa inscripción a través del correo avempovigo@hotmail.com o en los números de teléfono 986 298 865 y 685 113 398. La fecha límite para realizar la inscripción será el lunes 14 de octubre.

Tras la inauguración de la jornada, la jefa del servicio de Trabajo Social del Área Sanitaria de Vigo, María Jesús Lago Vilaboa, abordará el derecho a formular instrucciones previas y la importancia de este documento mediante el cual una persona mayor de edad, capaz y libre, manifiesta anticipadamente su voluntad sobre los cuidados y tratamientos que podría precisar en el futuro y el destino final de su cuerpo, con el fin de que esta sea respetada en el momento en que por determinadas circunstancias no pueda expresarla personalmente.

La neuróloga Elena Álvarez, del área de Esclerosis Múltiple del Hospital Álvaro Cunqueiro de Vigo, informará por su parte sobre los últimos avances que se han llevado a cabo en el ámbito de la neurología y cómo estos pueden repercutir en la mejora de la calidad de vida de las personas afectadas de Esclerosis Múltiple, con nuevos tratamientos y terapias celulares.

La jornada finalizará con una mesa de pacientes que dará protagonismo al testimonio de quienes conviven con la enfermedad. Leticia Jorge, Ángeles Moreno y Yago Fernández, usuarios de Avempo, compartirán con las personas presentes su experiencia como pacientes en un encuentro moderado por el periodista Jacobo Caruncho, también afectado de EM.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

Atlántico Diario 01/10/2024

Avempo habla sin tabúes de la esclerosis múltiple

REDACCIÓN. VIGO
localad@atlantico.net

La Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple (Avempo) organiza el próximo jueves 17 de octubre en Vigo la jornada de sensibilización sobre la Esclerosis Múltiple 'HablEMos sin tabúes', que tendrán lugar a partir de las 16:20 horas en el Hotel Attica 21. La entrada al evento es gratuita, previa inscripción a través del correo avempovigo@hotmail.com o en los números de teléfono 986 298 865 / 685 113 398. La fecha límite para realizar la inscripción será el lunes 14 de octubre. Tras la inauguración de la jornada, la jefa del servicio de Trabajo Social del Área Sanitaria de Vigo, Mª Jesús Lago Vilaboa, abordará el derecho a formular instrucciones previas y la importancia de este documento mediante el cual una persona mayor de edad, capaz y libre, manifiesta anticipadamente su voluntad sobre los cuidados y tratamientos que podría precisar en el futuro y el destino final de su cuerpo.

La neuróloga Elena Álvarez, del área de Esclerosis Múltiple del Álvaro Cunqueiro, informará por su parte sobre los últimos avances. La jornada finalizará con testimonios en primera persona que conviven con la enfermedad. El encuentro ayudará a las personas afectadas y a su entorno a resolver dudas y a derribar las barreras que surgen alrededor de la enfermedad.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

Faro de Vigo 06/10/2024

34 SOCIEDAD
La enfermedad de las mil caras
sociedad@farodevigo.es
FARO DE VIGO
DOMINGO, 6 DE OCTUBRE DE 2024

El día a día con esclerosis múltiple

Esta enfermedad degenerativa del sistema nervioso central se manifiesta con múltiples síntomas y afecta predominantemente a mujeres

ÁGATHA DE SANTOS
VIGO

Cada caso de esclerosis múltiple (EM) es casi único. Debuta, se manifiesta y evoluciona de forma diferente en cada afectado –más de 55.000 en España–. No en vano se la conoce como la enfermedad de las mil caras. Los síntomas más habituales son la fatiga, problemas de visión, hormigueos, vértigos y mareos, debilidad muscular, espasmos y problemas de equilibrio y coordinación. Otras manifestaciones no son visibles, aunque tienen de igual forma un fuerte impacto en el día a día de las personas afectadas.

La EM es una patología crónica, autoinmune y degenerativa del sistema nervioso central, de causa desconocida, que afecta al cerebro y a la médula espinal para la que no hay cura, aunque sí varios tratamientos modificadores de su curso. Es una de las enfermedades neurológicas más comunes entre la población de 20 a 30 años y afecta más a mujeres que a hombres.

Leticia Jorge vive con la incertidumbre que supone la aparición de nuevos síntomas, que van sumándose a los que ya presenta. Este aspecto de la enfermedad es lo que más le afecta psicológicamente. "Yo he vivido siempre de mi trabajo y me cuesta asumir que ya no tengo el control de mi vida", afirma esta mujer de 48 años.

Leticia tiene esclerosis múltiple primaria progresiva (EMPP), un tipo de EM poco frecuente –se da entre un 10% y un 15% de pacientes con esta enfermedad–, que se caracteriza por la ausencia de brotes definidos y por un empeoramiento progresivo de los síntomas y la discapacidad. "Tengo que ir procesando cada cambio. Cuando ya me he adaptado a que la pierna no funcione, el brazo empieza a fallar", explica.

Actualmente tiene reconocida una incapacidad del 38% por movilidad reducida, presenta rigidez muscular y la EM también se trasluce en su voz, que presenta una disfonía crónica, entre otros síntomas. Esta diagnosticada desde 2017, cuando vivía en Santiago. En octubre de 2016 dio la cara el primer síntoma. "Comencé a notar que cuando caminaba me costaba mover la pierna derecha cuando me cansaba y no entendía por qué. Mi médico, sin embargo, enseguida pensó que se trataba de algo neurológico", explica.

Poco después, las pruebas corroboran las sospechas y ponían nombre y apellido a lo que le pasaba. "Estaba en un momento de mi vida más complicado, tenía mucho estrés por el trabajo y, aunque el diagnóstico en parte fue un alivio, no fui del todo consciente de lo que iba a suponer", comenta.

El diagnóstico coincidió con un cambio de trabajo y su regreso a Vigo, por lo que una de las primeras cosas que hizo una vez instalada fue acudir a la Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple (AVEMPO) para conocer y entender mejor a qué se enfrentaba. "Tú puedes entender que tengas la enfermedad, pero no sabes cómo va a ser. No hay pautas ni protocolos como en otras enfermedades porque todo depende de tus síntomas", afirma.

Cada enfermo manifiesta unos síntomas y un ritmo distintos. Por esto, porque nadie sabe cómo va a evolucionar, la EM es una enfermedad tan dura. Lo único que sabe Leticia es que su tipo de esclerosis no va a detenerse, aunque tampoco está dispuesta a que la detenga a ella. Para ello, además de seguir el tratamiento –el ocrelizumab es el único disponible en estos momentos para pacientes con EMPP–, va a fisioterapia, terapia ocupacional, logopedia, y hace deporte. "Todo el que puedo", matiza.

Leticia se mueve en *scooter*, opción que prefiere a la silla de ruedas, aunque asegura que Vigo no resulta una ciudad cómoda para este tipo de vehículo. "Acabo con la espalda molida por las subidas y bajadas de los pasos de cebra", se lamenta.

Ángeles Moreno, de 44 años, tiene esclerosis múltiple remitente-recurrente (EMRR), el tipo más frecuente de EM. Cursa por brotes y tras cada uno, los síntomas disminuyen o desaparecen espontáneamente en un periodo que puede durar desde unos días a meses o años.

"Ya me he hecho a la idea de que la esclerosis va a estar conmigo siempre. Es mi compañera de vida y tengo que llevarme bien con ella", afirma.

De momento, dice, mantienen una relación cordial. Diagnosticada desde los 26 años, en estos momentos su EM se encuentra en remisión –no ha sufrido ningún brote desde 2016–. Sin embargo, tiene pérdida de memoria, cansancio crónico y rigidez en la parte izquierda del cuerpo. "El último brote me afectó a las piernas, y no pude andar durante dos meses. Por suerte, he recuperado la masa muscular que perdí gracias a que hago fisioterapia y ejercicio: hago pilares y camino mucho", explica.

En el caso de Ángela, fue el hormigueo en el dedo gordo de la mano izquierda el que debutó primero, y que fue extendiéndose por el resto de la mano y parte del brazo. Al principio lo achacaron a un problema muscular, hasta que un fisioterapeuta le recomendó que fuera a urgencias. Ese mismo día quedó ingresada y pocos días después le dieron el diagnóstico. Reconoce que no sabía qué era la EM, por lo que no fue muy consciente de lo que suponía. Hoy, reconoce que la enfermedad le ha enseñado a ver las cosas de otra manera. "He aprendido a relativizar", reconoce.

Ángeles tiene puestas sus esperanzas en la investigación científica y ha participado en varios ensayos clínicos. "No lo hago por mí, porque no creo que viva para ver la cura, pero sí por las personas que vendrán después, para que puedan tener fármacos mucho más efectivos. Por ello seguiré diciendo que sí cada vez que me llamen para participar en un estudio", sostiene.

Leticia y Ángeles coinciden en señalar que para sobrellevar esta enfermedad es fundamental el apoyo familiar y social para no sentirse al margen. En este sentido, ellas se sienten afortunadas porque cuentan con el respaldo de sus allegados y con la comprensión de sus empresas, algo que, según Leticia, no a todo el mundo le sucede. En este sentido, recuerda que cada enfermo de esclerosis múltiple tiene su propio ritmo. Y no lo marca él, sino una enfermedad que tiene las mil caras.



Ángeles Moreno (izquierda) y Leticia Jorge, en las instalaciones de AVEMPO. // Pablo H. Gamarra

> ÁNGELES MORENO, 44 AÑOS
> "La EM es mi compañera de vida y tengo que llevarme bien con ella"

> LETICIA JORGE, 48 AÑOS
> "He vivido siempre de mi trabajo y me cuesta asumir que ya no tengo el control de mi vida"

Una jornada para romper tabúes

La Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple (AVEMPO) organiza el próximo jueves, 17 de octubre, en Vigo, la jornada de sensibilización sobre la Esclerosis Múltiple "HablEMos sin tabúes", en la que intervendrán especialistas y pacientes.

La jefa del servicio de Trabajo Social del Área Sanitaria de Vigo, María Jesús Lago Vilaboa, hablará del derecho a formular instrucciones previas y la importancia de este documento mediante el cual una persona mayor de edad, capaz y libre, manifiesta anticipadamente su voluntad sobre los cuidados y tratamientos que podría precisar en el futuro y el destino final de su cuerpo.

Por su parte, la neuróloga Elena Álvarez, del área de Esclerosis Múltiple del Hospital Álvaro Cunqueiro de Vigo, informará sobre los últimos avances en el ámbito de la neurología y su repercusión en la mejora de la calidad de vida de los pacientes.

La jornada finalizará con una mesa de pacientes que dará protagonismo a las historias en primera persona con el testimonio de personas que conviven con la enfermedad.

El evento, que comenzará a las 16.20 horas en el Hotel Attica 21 de Samil, es gratuito, previa inscripción en AVEMPO a través del correo avempovigo@hotmail.com o en los números de teléfono de la asociación, disponibles en su página web. La fecha límite para inscribirse es el lunes 14 de octubre.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

CALENDARIO SOLIDARIO DO COLEXIO ATLÁNTIDA

Atlántico Diario 13/12/2024

El colegio Atlántida diseña un calendario en favor de Avempo

REDACCIÓN. VIGO
redaccionad@atlantico.net

VICENTE



Los estudiantes mostraron su trabajo, con Luisa Sánchez.

El CPR Plurilingüe Atlántida presentó ayer su calendario solidario del próximo año, cuyos fondos irán destinados en su integridad a la Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple (Avempo). Los estudiantes mostraron su arte para reinterpretar los diseños de la campaña solidaria "Móllate por la Esclerosis Múltiple", que cada verano celebra la entidad viguesa en la playa de Samil para visibilizar y concienciar sobre la conocida como "enfermedad de las mil caras".

El profesor de infantil y coordinador de la iniciativa solidaria, Emilio Rodríguez, destacó que "es una manera de formar en valores y hacer que todos los niños se sientan protagonistas y que forman parte de esta iniciativa solidaria y apoyar a la asociación y a las personas con esclerosis múltiple".

El colegio sacó a la venta 500 ejemplares del calendario, con lo que destinará 3.000 euros a la causa para mantener servicios imprescindibles como son la atención social, la fisioterapia, la logopedia, la terapia ocupacional o la psicología. La Diputación de Pontevedra asumió el coste de impresión de los ejemplares. "Es muy importante educar a los niños en solidaridad", afirmó la vicepresidenta de la entidad, Luisa Sánchez.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

DÍA NACIONAL DA ESCLEROSE MÚLTIPLE

La Voz de Galicia 18/12/2024

La entidad que ayuda a 300 personas con esclerosis múltiple lanza un SOS

Avempo ve «en peligro» su continuidad al carecer de financiación estable

VIGO / LA VOZ

Para Avempo, la reivindicación y la difusión son los ejes sobre los que gira el Día Nacional de la Esclerosis Múltiple que se celebra hoy. El colectivo, que atiende a 300 personas con la enfermedad, reclama una financiación estable, suficiente y continua para asegurar su futuro. Confiesa que en estos momentos ve «en peligro» su mantenimiento, «lo que afecta directamente a cientos de personas que dependen de Avempo para recibir un acompañamiento integral desde el diagnóstico y durante todo el proceso de la enfermedad».

El colectivo vigués desempeña un papel fundamental desde el diagnóstico. Proporciona información y presta apoyo psicológico, rehabilitación y recursos esenciales para mejorar la calidad de vida de las personas con esclerosis múltiple y sus familias. Avempo cuenta con más de 500 socios, de los cuales cerca de 300 son afectados y el resto familiares y colaboradores. En su sede situada en Bouzas, ocho profesionales atienden a unas 80 personas a la semana en los distintos servicios que ofrece la entidad, imprescindibles para la mejora de la calidad de vida de quienes padecen la enfermedad, como lo son la atención social, fisioterapia, psicología, logopedia y terapia ocupacional. Recuerdan que estos servicios, en la mayoría de los casos, no están cubiertos por el sistema sanitario, por lo que la asociación reclama un mayor apoyo económico para poder mantenerlos y mejorar sus prestaciones, dado que la actual falta de fondos dificulta el mantenimiento de los servicios de la asociación.



La asociación Avempo nació en Vigo en el año 1996.

Con poco más de 100.000 euros de presupuesto tienen que sufragar todas sus actuaciones y pagar al equipo multidisciplinar que trabaja en su sede. Los responsables de Avempo se las ven y desean para llevar a cabo iniciativas que les reporten ingresos adicionales, como torneos benéficos, mercados solidarios, carreras, conciertos e incluso *merchandising*.

En el ámbito de la difusión, Avempo abrirá el día de hoy con una charla dirigida al alumnado de 3º y 4º de la ESO del CPR Plurilingüe Atlántida. Ya a las 17.30 horas, la sede de Avempo acogerá la jornada *Usos de la realidad virtual en esclerosis múltiple*, en la que se darán a conocer los resultados del Estudio ExeRVIEM, un proyecto de investigación pionero que busca explorar los efectos de un programa de fisioterapia basada en ejercicio y realidad virtual para personas que viven con esclerosis múltiple y llevado a cabo por investigadores de la Facultad de Fisioterapia de la Universidad de Vigo.

En la jornada participará el fisioterapeuta del grupo de investigación HealthyFit y coordinador del estudio, Pablo Campo, para informará sobre el desarrollo de la investigación. La jornada contará también con la participación de Inés González, neuróloga en la Unidad de Esclerosis Múltiple del Hospital Álvaro Cunqueiro de Vigo, que hablará sobre la utilidad de las evaluaciones integrales en este colectivo y destacará el papel de los biomarcadores ligados a la progresión de la enfermedad. Se completa el programa mañana con un taller presencial sobre afectividad y sexualidad.

Atlántico Diario 18/12/2024

Avempo pide más fondos para poder mantener sus servicios

REDACCIÓN. VIGO
redaccion@atlantico.net

■■■ Con motivo del Día Nacional de la Esclerosis Múltiple que se celebró esta semana, la asociación de pacientes Avempo reclamó una financiación estable y suficiente para mantener los servicios que ofrecen en su sede de Bouzas.

Avempo organizó dos días de actividades esta semana. El miércoles ofrecieron una charla al alumnado de 3º y 4º de la ESO del CPR Plurilingüe Atlántida y a mayores organizaron en su sede una sesión informativa con investigadores de la Universidad de Vigo y con la neuróloga en la Unidad de Esclerosis Múltiple del Hospital Álvaro Cunqueiro de Vigo, Inés González. En esta jornada se dieron a conocer los resultados de un estudio sobre realidad virtual y se plantearon otras posibles colaboraciones con estos pacientes.

LA ENTIDAD VE PELIGRAR EL ACOMPAÑAMIENTO INTEGRAL DESDE EL DIAGNÓSTICO Y DURANTE TODO EL PROCESO DE LA ENFERMEDAD

Por otro lado, el jueves hubo un taller de educación afectivo-sexual para personas con esclerosis múltiple en la sede de la entidad. Se trataba de una iniciativa organizada por la Federación Gallega de Esclerosis Múltiple en colaboración con Avempo y que fue impartida por la psicóloga y sexóloga Sonia Martínez.

Avempo desempeña un papel fundamental desde el diagnóstico de la enfermedad, proporcionando información, apoyo psicológico, rehabilitación y recursos esenciales para mejorar la calidad de vida de las personas con esclerosis múltiple y sus familias. Sin embargo, alertan de que sin una financiación garantizada, suficiente y abonada a tiempo, peligra su mantenimiento y afecta directamente a cientos de personas que dependen de la entidad para recibir un acompañamiento integral desde el diagnóstico y durante todo el proceso de la enfermedad. Por eso, reclaman un mayor apoyo de las instituciones públicas, privadas y empresas para poder mantener los servicios que ofrece en su sede en Vigo. La asociación cuenta en la actualidad con más de 500 socios, de los cuales cerca de 300 son personas afectadas por la enfermedad y el resto son familiares y colaboradores. En Avempo, ocho profesionales atienden a unas 80 personas a la semana en los distintos servicios.■



El fisioterapeuta Pablo Campo y la neuróloga Inés González, en Avempo.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

Faro de Vigo 18/12/2024

Los pacientes con esclerosis múltiple padecen tres veces más depresión

R.S.
Vigo

La incidencia de depresión y ansiedad en pacientes con esclerosis múltiple triplica a la de la población general, según datos aportados ayer por la Sociedad Española de Neurología (SEN) con motivo del Día Nacional de la Esclerosis Múltiple, que se conmemora hoy.

La esclerosis múltiple afecta en España a más de 55.000 personas y, cada año, se diagnostican alrededor de 2.000 nuevos casos, recuerda la SEN. Constituye la segunda causa de discapacidad neurológica en los adultos jóvenes españoles.

Esclerosis Múltiple España (EME) demandó ayer «más medidas de protección social tras el diagnóstico de la enfermedad» ya que «todavía existen numerosas necesidades no cubiertas que impactan directamente en la calidad de vida de las personas afectadas».

Por su parte, la Asociación Viguesa de Esclerosis Múltiple Avempo hace un llamamiento a instituciones públicas y privadas para poder mantener los servicios que ofrece en su sede a pacientes y familiares.

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

RADIO:

VISITA DE PRUDENCIO A AVEMPO

Cadena Ser 11/01/2023

https://cadenaser.com/galicia/2024/01/11/prudencio-macias-con-esclerosis-multiple-la-enfermedad-me-dijo-basta-pero-yo-no-lo-acepte-radio-vigo/

ESTUDO DE REALIDAD VIRTUAL

Cadena Ser 02/05/2024

https://cadenaser.com/galicia/2024/05/02/un-estudio-pionero-de-avempo-y-la-uvigo-evalua-los-beneficios-del-ejercicio-terapeutico-con-realidad-virtual-en-personas-con-esclerosis-multiple-radio-vigo/

DÍA MUNDIAL DA ESCLEROSE MÚLTIPLE

Cope Vigo 30/05/2024 (Declaracións de Jacobo Caruncho, minuto 06:20)

https://www.cope.es/emisoras/galicia/pontevedra-provincia/pontevedra/audios/mediodia-cope-pontevedra-1350-30-05-2024-20240530_2566416

IRPF FEGADEM (FISIOTERAPIA)

Radio Vigo (Cadena Ser) 17/06/2024

https://cadenaser.com/galicia/2024/06/17/la-x-solidaria-permite-a-avempo-dar-continuidad-al-servicio-de-fisioterapia-para-mas-de-30-personas-con-esclerosis-multiple-en-vigo-radio-vigo/

Radio Vigo (cadena Ser) (declaraciones Jacobo Caruncho, minuto 12:30)

https://cadenaser.com/audio/ser_aso_vigo_hora14vigo_20240617_141500_143000/

DÍA NACIONAL DA ESCLEROSE MÚLTIPLE

Radio Galega 18/12/2024 (directo dende AVEMPO, minuto 02:14:15)

https://www.agalegaaudio.gal/videos/198435-a-tarde-18-12-2024

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

TELEVISIÓN:

VISITA DE PRUDENCIO A AVEMPO

TVG 11/01/2023

https://www.g24.gal/-/percorre-en-espana-en-moto-para-difundir-a-esclerose-multiple

DÍA MUNDIAL DA ESCLEROSE MÚLTIPLE

TVE 30/05/2024 (A Partir del minuto 06:55)

https://www.rtve.es/play/videos/telexornal-galicia/telexornal-galicia-30-05-2024/16126641/

EU MÓVOME POLA EM

TVG 27/10/2024 Galicia Noticias (min. 10'00)

https://www.agalega.gal/videos/179529-galicia-noticias-27-10-2024

CALENDARIO SOLIDARIO DO COLEXIO ATLÁNTIDA

TeleVigo 12/112/2024 Plató Abierto (min. 08'30)

https://youtu.be/H0gJv_Tytkc?si=GlxllrbynhdhO5sv

TeleVigo 12/12/2024 Informativo (min. 13'15)

https://youtu.be/hf6189sjJkk?si=tSZwEmE3EVVH0JZD

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

PÁXINAS WEB:

ESTUDO REALIDADE VIRTUAL

Universidade de Vigo 02/05/2024

https://www.uvigo.gal/universidade/comunicacion/duvi/estudo-pioneiro-avalia-os-beneficios-exercicio-terapeutico-realidade-virtual-persoas-esclerose

Pontevedra Viva 03/05/2024

https://pontevedraviva.com/xeral/103875/ejercicio-terapeutico-realidad-virtual-personas-esclerosis-multiple-campus/

MÓLLATE POLA ESCLEROSE MÚLTIPLE

COGAMI 09/07/2024

https://www.cogami.gal/axenda/movemento-asociativo/avempo-organiza-en-vigo-a-setima-edicion-da-campana-solidaria-mollate-pola-esclerosis-mult/

FEGADEM (Agenda)

https://esclerosismultiplegalicia.org/mojate-2024-avempo-vigo-es.html

FEGADEM 12/07/2024

https://esclerosismultiplegalicia.org/mollate-avempo-2024-esclerosis-multiple-noticia-es.html

Vigo Plan

https://vigoplan.com/eventos/mojate-por-la-esclerosis-multiple-2024/

Vigo Peques

https://www.vigopeques.com/mojate-por-la-esclerosis-multiple-llega-a-las-piscinas-de-samil/

A Movida

https://amovida.gal/events/mollate-por-la-esclerosis-multiple/

AEDEM-COCEMFE

https://aedem.org/vigo-vigo-se-moja-en-solidaridad-con-la-esclerosis-multiple-en-el-mollate-organizado-por-avempo/

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

CAMINEMOS POR LA EM

AEDEM-COCEMFE 23/07/2024

https://aedem.org/avempo-se-suma-a-la-3a-edicion-de-caminemos-por-la-esclerosis-multiple-con-un-picnic-de-verano/

CAMINEMOS POR LA EM 31/07/2024

https://caminemosporlaem.org/la-asociacion-viguesa-de-esclerosis-multiple-avempo-se-suma-a-la-3a-edicion-de-caminemos-por-la-esclerosis-multiple-con-un-picnic-de-verano/

VISITA DE ANA ORTIZ (Delegada de la Xunta)

XUNTA DE GALICIA 10/09/2024

https://www.xunta.gal/es/notas-de-prensa/-/nova/005022/ana-ortiz-destaca-trabajo-avempo-atencion-las-personas-con-esclerosis-multiple

EU MÓVOME POLA EM

FEGADEM (agenda)

https://esclerosismultiplegalicia.org/xii-carrera-solidaria-avempo-movome-pola-esclerose-multiple-es.html

COGAMI (axenda)

https://www.cogami.gal/axenda/movemento-asociativo/avempo-organiza-a-xii-carreira-solidaria-eu-movome-pola-esclerose-multiple/

AEDEM (axenda)

https://aedem.org/vigo-27-de-octubre-xii-carrera-solidaria-eu-movome-por-la-esclerosis-multiple-de-avempo/

VIGOPLAN

https://vigoplan.com/eventos/eu-movome-pola-esclerose-multiple-carrera-solidaria/

A Movida

https://amovida.gal/events/avempo-abre-as-inscricions-da-xii-carreira-solidaria-pola-esclerose-multiple/

Vigopeques

https://www.vigopeques.com/carrera-solidaria-por-la-esclerosis-multiple/

Páxinas Galegas

https://www.paxinasgalegas.es/fiestas/carreira-solidaria-por-la-esclerosis-multiple-vigo-20884.html

In-pacient

https://www.in-pacient.es/convocatoria/xii-carrera-solidaria-eu-movome-pola-esclerose-multiple/

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

SomosPacientes

https://www.somospacientes.com/agenda/carrera-eu-movome-pola-esclerose-multiple/

XORNADA 'HABLEMOS SIN TABÚES'

AEDEM

https://aedem.org/vigo-hablemos-sin-tabues-iii-jornada-de-sensibilizacion-sobre-la-esclerosis-multiple/

COGAMI

https://www.cogami.gal/axenda/movemento-asociativo/avempo-organiza-xornada-hablemos-sin-tabues-de-sensibilizacion-sobre-a-esclerose-multiple/

SOMOS PACIENTES

https://www.somospacientes.com/agenda/hablemos-sin-tabues-sobre-esclerosis-multiple/

A MOVIDA

https://amovida.gal/events/hablemos-sin-tabues/

CALENDARIO SOLIDARIO DO COLEXIO ATLÁNTIDA

Deputación de Pontevedra 12/12/2024

https://www.depo.gal/gl/w/noticia-presentacion-do-calendario-solidario-do-colexio-atlantida-de-vigo

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

REVISTA 'NOTICIAS EM':

Nº144 – Abril 2024

VIGO





'EU MÓVOME' POR LA EM

En el mes de octubre celebramos la XI edición de nuestra carrera solidaria 'Eu Móvome pola Esclerose Múltiple', que retomó por completo la presencialidad en la alameda viguesa de Bouzas. La prueba deportiva, con dos carreras y una andaina, contó con el apoyo de un pelotón solidario formado por más de 1.350 personas, de las cuales más de un centenar colaboraron a través del Dorsal 0 solidario.

PREMIO SOLIDARIO CENOR

Nuestra asociación recibió en el mes de diciembre el primer premio de la XI edición de los Premios Solidarios que otorga Cenor electrodomésticos. La marca decidió otorgar el galardón, dotado de 6.000 euros, al proyecto 'Atención psicológica para personas con EM y su entorno', que nos permite garantizar este año la permanencia del servicio de psicología.

DÍA NACIONAL DE LA EM

Con motivo del Día Nacional de la EM pusimos en marcha diferentes acciones de sensibilización en medios y una iniciativa para animar a los ayuntamientos de la provincia de Pontevedra a encender sus casas consistoriales con luces naranjas para mostrar su apoyo a las personas que conviven con EM y sus familiares.

BAIXO O MESMO PARAUGAS

En el Día Internacional de las Personas con Discapacidad nos sumamos en Vigo junto a otras entidades sociales a la



iniciativa 'Baixo o mesmo paraugas' para visibilizar una sociedad diversa y plural y reclamar la igualdad de derechos para todas las personas. Con nuestros paraguas, simbolizamos la unión de todos y todas y recordamos que tenemos cabida bajo un mismo paraguas.

BINGO SOLIDARIO

A finales del mes de diciembre, a escasos días de acabar el año, el local Plaff de Vigo organizó un bingo solidario para recaudar fondos para el mantenimiento de los servicios que ofrecemos en AVEMPO. El evento contó con un gran apoyo social.

VISITA DE PRUDEM

En el mes de enero recibimos la visita de Prudencio Macías, más conocido como PrudEM, un afectado de EM que ha recorrido España en moto para visibilizar la enfermedad. En su parada en Vigo pudimos conocer de primera mano su iniciativa y su historia personal.

TEATRO SOLIDARIO

El grupo de teatro aficionado 'The lunatics theatre company' organizó en el mes de febrero una doble sesión de teatro solidario, con la que ayudó a recaudar fondos para el mantenimiento de los servicios que ofrecemos en AVEMPO. Numerosas personas se acercaron a nuestro stand solidario para colaborar con la causa.





Nº145 – Agosto2024

UN ESTUDIO PIONERO DE AVEMPO Y LA UNIVERSIDAD DE VIGO EVALÚA SUS BENEFICIOS

EJERCICIO TERAPÉUTICO CON REALIDAD VIRTUAL EN PERSONAS CON EM

ANALIZAR LOS POSIBLES BENEFICIOS, EN PERSONAS CON EM, DE UN PROGRAMA DE EJERCICIO TERAPÉUTICO CON GAFAS DE REALIDAD VIRTUAL ES EL OBJETIVO DEL ESTUDIO QUE INVESTIGADORES DE LA FACULTAD DE FISIOTERAPIA DESARROLLAN CON LA ASOCIACIÓN VIGUESA DE EM DE PONTEVEDRA (AVEMPO).

Cerca de una veintena de usuarios y usuarias de la asociación participaron en este estudio pionero. "En este colectivo no había investigaciones que explorasen los usos de la realidad virtual inmersiva para la mejora de sus capacidades funcionales", destaca Pablo Campo, uno de los fisioterapeutas coordinadores del estudio, que se centra en la realización y posterior análisis de un programa de ejercicio basado en el uso de 'exergames', videojuegos que implican un componente físico y cognitivo.

La EM, recuerda, "implica diferentes afectaciones generales, en la marcha, en el equilibrio y en la fuerza o problemas de control motor y también una sintomatología más específica, como puede ser los cuadros de fatiga muy marcados. Además, afecta a personas muy jóvenes, con los primeros síntomas debutando en la tercera década de la vida". En ese sentido, el objetivo de este programa, que fue realizado a un grupo de personas usuarias de AVEMPO con una edad media próxima a los 40 años, era contribuir a "mejorar sus capacidades funcionales y su calidad de vida".



CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

UN PROGRAMA DE OCHO SEMANAS

El proyecto abarcó el desarrollo de un programa de ejercicio de ocho semanas, con dos sesiones semanales en la sede de la asociación, en las que un grupo de participantes debía llevar a cabo diferentes actividades con unas gafas de realidad virtual inmersiva Oculus Quest 3. Esta actividad fue supervisada por la fisioterapeuta Elena Ferreiro, como parte de su trabajo final en el máster en Ejercicio Terapéutico en Fisioterapia, junto con el personal de la asociación. De forma paralela, otro grupo de participantes en el estudio siguió realizando las actividades programadas por la asociación. "Los resultados iniciales son positivos", explica el fisioterapeuta, ya que constatan que llevar a cabo el programa es "factible y seguro, sin efectos adversos", así como la elevada satisfacción y compromiso de las y los participantes en la iniciativa.

Los usuarios y usuarias de AVEMPO trasladan un 'alto' grado de satisfacción tras participar en el programa de ejercicio terapéutico del estudio. "Se trata de una forma de incentivar el ejercicio más intenso en los pacientes a los que a veces nos cuesta un poco y esta experiencia consigue hacerlo todo muy entretenido y variado", comenta una de las usuarias participantes, que considera que sería muy interesante introducir la realidad virtual en las sesiones de fisioterapia de forma regular, dándole continuidad al proyecto.



UNA COLABORACIÓN A LA QUE DAR CONTINUIDAD

Esta colaboración de la Universidad de Vigo con AVEMPO arrancó hace cerca de un año, con la realización de una jornada formativa, y llevó posteriormente al diseño de un protocolo de investigación, publicado en la revista Sclerosis, para luego dar forma a este programa de ejercicio terapéutico, al que esperan poder dar continuidad con nuevas colaboraciones. Al mismo tiempo, el investigador principal del estudio subraya también lo positivo de iniciativas como este proyecto, que consiguen llevar la investigación clínica al entorno de las personas afectadas.



CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

VIGO





CAMPAÑA 'MI DIAGNÓSTICO DE EM'

Por el Día Mundial de la EM nos sumamos a la campaña internacional 'Mi Diagnóstico de EM' para reclamar un diagnóstico temprano y preciso para todas las personas que viven con la enfermedad. Usuarios y usuarias de AVEMPO compartieron a través de la web y redes de la asociación y en medios de comunicación el relato de su experiencia cuando fueron diagnosticados, los primeros síntomas y cómo vivieron el momento de recibir el diagnóstico. Los pacientes reflexionaron también sobre las necesidades del colectivo, haciendo hincapié en la importancia de recibir la información adecuada, la necesidad de más recursos o el avance en la investigación.

CELEBRACIÓN DE LA ASAMBLEA ANUAL

Los socios y socias de AVEMPO celebraron en el mes de abril la Asamblea General Ordinaria, en la que quedaron aprobados el balance de cuentas y las memorias de 2023, así como la previsión de actividades que se llevarán a cabo este año. Acto seguido se celebró la Asamblea General Extraordinaria, que ratificó la composición de la Junta Directiva tras la dimisión del vocal de la entidad.

VISITA AL MUSEO QUIÑONES DE LEÓN

En el mes de mayo, en el marco de actividades por el Día Mundial de la EM, realizamos junto a nuestros usuarios y usuarias una visita guiada al Pazo Museo Quiñones de León y



sus jardines. Fue un recorrido muy interesante de la mano de nuestro guía, que nos acompañó y habló de los tesoros que guarda este espacio del famoso Parque de Castrelos, en Vigo.

CONSEJO DE PACIENTES DE POVISA

En el mes de febrero participamos junto al resto de asociaciones de pacientes de Vigo en la novena reunión del Consejo de Pacientes del Hospital Povisa, en la que se presentó a las enfermeras gestoras de casos de las distintas unidades y las labores que realizan en la atención a los pacientes y sus familiares.



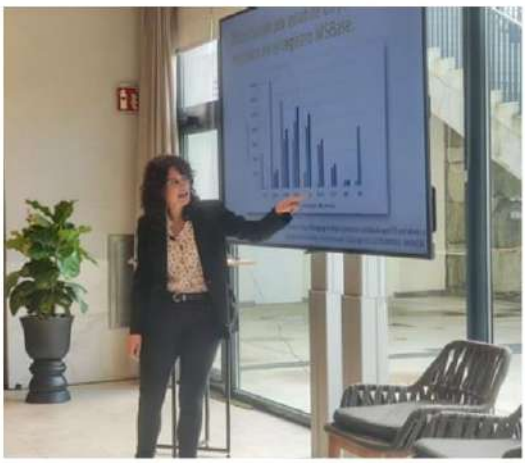
Nº146 – Decembro 2024

28 A DESTACAR NOTICIAS EM
DICIEMBRE 2024



AVEMPO ABORDA LA ESCLEROSIS MÚLTIPLE 'SIN TABÚES' EN VIGO

LA ASOCIACIÓN VIGUESA DE EM (AVEMPO) CELEBRÓ, EL PASADO 17 DE OCTUBRE EN VIGO, LA JORNADA DE SENSIBILIZACIÓN SOBRE LA EM 'HABLEMOS SIN TABÚES', UN EVENTO ENMARCADO DENTRO DEL PROYECTO 'EMPATIZA CON LA EM: CAMPAÑA DE SENSIBILIZACIÓN SOBRE LA EM'.



Casi un centenar de personas asistieron a la cita en el hotel Attica 21, que ayudó a resolver dudas y a derribar las barreras que surgen alrededor de la enfermedad. Tras la inauguración de la jornada por parte de la Vicepresidenta de AVEMPO, Mónica Reguera, la jefa del servicio de Trabajo Social del Área Sanitaria de Vigo, Mª Jesús Lago, abordó en su intervención el derecho a formular instrucciones previas y la importancia de este documento con el que una persona mayor de edad, capaz y libre, manifiesta anticipadamente su voluntad sobre los cuidados y tratamientos que podría precisar en el futuro y el destino final de su cuerpo, con el fin de que sea respetada en el momento en que, por determinadas circunstancias, no pueda expresarla personalmente.

La Neuróloga Elena Álvarez, de la Unidad de EM del Hospital Álvaro Cunqueiro de Vigo, abordó por su parte los últimos avances en investigación de la enfermedad, poniendo

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877



en relieve la importancia del ejercicio físico y la vida saludable para mejorar el pronóstico de la enfermedad. Álvarez hizo un repaso de todos los tratamientos que existen en la actualidad, así como los avances en la investigación en el campo de la remielinización. En su intervención, puso también el foco en las nuevas tecnologías, como la aplicación de la realidad virtual en la rehabilitación física o la implementación de la Inteligencia Artificial en el estudio de las resonancias magnéticas.

La jornada organizada por AVEMPO finalizó con una mesa de pacientes en la que tres personas compartieron su testimonio sobre el día a día con la enfermedad. Leticia Jorge, Yago Fernández y Mª Ángeles Moreno compartieron con los presentes el momento del diagnóstico, la convivencia con la EM y hasta el aprendizaje vital a raíz de la enfermedad, en una charla con el periodista Jacobo Caruncho, afectado de EM y miembro de la directiva de AVEMPO.

La clausura del encuentro corrió de la mano de Yolanda Aguiar, Concejala de Política de Benestar Social del Concello de Vigo, que quiso poner en valor la labor realizada por AVEMPO y la calidad de los servicios que ofrece el sistema público de salud.

La jornada 'Hablemos sin Tabúes' está enmarcada dentro del proyecto 'Empatiza con la EM: Campaña de sensibilización sobre la EM', financiado a través de las subvenciones para la realización de actividades de interés general consideradas de interés social de la convocatoria del 0,7 del Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030 gestionadas por COCEMFE, y también contó con el apoyo de Bristol Myers Squibb y la Fundación A.M.A.



VIGO

VIGO SE MOJA POR LA EM

La playa viguesa de Samil acogió en el mes de julio la celebración en Galicia de la campaña 'Móllate pola Esclerose Múltiple'. Cientos de personas se acercaron hasta el arenal para apoyar la iniciativa y mojarse en solidaridad con las personas que conviven con la EM. La carpa recibió visitantes durante todo el día, que quisieron interesarse por la campaña y colaborar con la asociación. No faltaron las actividades en la piscina y el tradicional chapuzón solidario en la playa, al que se sumaron decenas de pacientes, familiares y profesionales de la asociación al grito de 'Móllate'. Entre las personas asistentes se encontraba la concejala de Política Social del Concello de Vigo, Yolanda Aguiar, y la delegada de la Xunta en Vigo, Ana Ortiz, que quisieron apoyar la causa.

AVEMPO SE SUMA A 'CAMINEMOS POR LA EM' CON UN PICNIC DE VERANO

AVEMPO se sumó el pasado 19 de julio en Vigo a la campaña 'CaminEMos por la EM' con una jornada cargada de actividades que tuvieron lugar en el Parque Forestal de O Vixiador, en la que participaron pacientes, familiares y profesionales de la asociación. Ataviados con las camisetas oficiales de la campaña, un grupo de participantes dio comienzo a la jornada con un paseo de un kilómetro por el parque forestal. A su llegada, pudieron disfrutar de un taller de 'meditación silvestre' y de otro taller



creativo. La asociación celebró el tradicional concurso de tortillas y postres y finalizó la jornada con un torneo de tute.

LA DELEGADA DE LA XUNTA EN VIGO VISITA AVEMPO

La delegada territorial de la Xunta en Vigo, Ana Ortiz, visitó en septiembre la sede de AVEMPO para conocer en primera persona el trabajo que realizamos en nuestra entidad. El encuentro sirvió para trasladarle las necesidades de las personas con EM y de todas las personas a las que representa AVEMPO. Además, se analizaron posibles vías de colaboración que permitan ayudar a las personas con EM, así como impulsar distintas actividades que pondrá en marcha la entidad.

VISITA A LA FUNDACIÓN SALES

Un grupo de usuarios y usuarias de AVEMPO realizaron en el mes de julio una visita a la Fundación Sales de Vigo, en la que pudieron recorrer sus jardines en una visita guiada y descubrir los encantos que allí se esconden. Los y las asistentes aprovecharon la salida para participar también en un creativo y divertido taller de plantación.







12. BALANCE ECONÓMICO DO ANO 2024

Empresa : 705 - AVEMPO ASOCIACION VIGUESA DE ESCLEROSIS Página : 1

Cuenta de Pérdidas y Ganancias

Filtro : Desde 01/01/2024 hasta 31/12/2024

		Notas	Ejerc. 2024
1.	Ingresos de la actividad propia		116.540,17
a)	Cuotas de asociados y afiliados		45.376,42
7200	Cuotas de asociados y afiliados		23.035,10
7590	Ingresos por servicios diversos		22.341,32
b)	Aportaciones de usuarios		69.136,95
7210	Cuotas de usuarios		41.637,75
7400	Subvenciones, donaciones y legados a la explotació		27.499,20
c)	Ingresos de promociones, patrocinadores y colaboraciones		2.026,80
7220	Promociones para captación de recursos		2.026,80
2.	Ventas y otros ingresos de la actividad mercantil		11.700,00
7050	Prestaciones de servicios		11.700,00
8.	Gastos de personal		-116.035,90
6400	Sueldos y salarios		-87.789,77
6420	Seguridad Social a cargo de la empresa		-28.246,13
9.	Otros gastos de la actividad		-46.412,46
6220	Reparaciones y conservación		-625,99
6250	Primas de seguros		-1.664,28
6260	Servicios bancarios y similares		-708,77
6290	Otros servicios		-43.178,77
6310	Otros tributos		-234,65
10.	Amortización del inmovilizado		-440,86
6810	Amortización del inmovilizado material		-440,86
11.	Subvenciones, donaciones y legados de capital traspasados		48.402,43
7460	Subvenciones, donaciones y legados de capital tran		48.402,43
A.1)	**EXCEDENTE DE LA ACTIVIDAD (1+2+3+4+5+6+7+8+9+10+11+12+13+14)**		**13.753,38**
A.2)	**EXCEDENTE DE LAS OPERACIONES FINANCIERAS (15+16+17+18+19)**		**0,00**
A.3)	**EXCEDENTE ANTES DE IMPUESTOS (A.1+A.2)**		**13.753,38**
A.4)	**Variación de patrimonio neto reconocida en el excedente**		**13.753,38**
	del ejercicio (A.3+20)		**0,00**
B.1)	**Variación de patrimonio neto por ingresos y gastos**		**0,00**
C.1)	**Variación de patrimonio neto por reclasificaciones al**		**0,00**
D)	**Variaciones de patrimonio neto por ingresos y gastos**		**0,00**
I)	**RESULTADO TOTAL VARIACION DEL PATRIMONIO NETO EN EL**		**13.753,38**

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877

Empresa : 705 - AVEMPO ASOCIACION VIGUESA DE ESCLEROSIS Página : 1

Balance

Filtro : Desde 01/01/2024 hasta 31/12/2024

	ACTIVO	Notas	Ejerc. 2024
A)	**ACTIVO NO CORRIENTE**		**314,44**
II.	Inmovilizado material		314,44
2130	Maquinaria		2.908,62
2140	Utillaje		809,38
2160	Mobiliario		328,95
2170	Equipos para procesos de información		2.016,26
2190	Otro inmovilizado material		35,59
2810	Amortización acumulada del inmovilizado material		-3.526,64
2813	Amortización acumulada de maquinaria		-358,95
2814	Amortización acumulada de utillaje		-550,80
2816	Amortización acumulada de mobiliario		-184,00
2817	Amortización acumulada de equipos para procesos de		-1.142,62
2819	Amortización acumulada de otro inmovilizado materi		-21,35
B)	**ACTIVO CORRIENTE**		**114.584,69**
III.	Deudores comerciales y otras cuentas a cobrar		48.321,85
4708	Hacienda Pública, deudora por subvenciones concedi		48.305,72
4710	Organismos de la Seguridad Social, deudores		16,13
V.	Inversiones financieras a corto plazo		363,57
5650	Fianzas constituidas a corto plazo		363,57
VII.	Efectivo y otros activos líquidos equivalentes		65.899,27
5700	Caja, euros		115,07
5720	Bancos e instituciones de crédito c/c vista, euros		65.782,20
5770	MOVIMIENTOS TRANSITORIOS TESORERIA		2,00
	TOTAL ACTIVO (A + B)		**114.899,13**

Empresa : 705 - AVEMPO ASOCIACION VIGUESA DE ESCLEROSIS Página : 2

Balance

Filtro : Desde 01/01/2024 hasta 31/12/2024

	PATRIMONIO NETO Y PASIVO	Notas	Ejerc. 2024
A)	**PATRIMONIO NETO**		**108.656,22**
A-1)	**Fondos propios**		**89.683,88**
I.	Dotación fundacional/Fondo social		14.525,67
1.	Dotación fundacional/Fondo social		14.525,67
1010	Fondo social		14.525,67
III.	Excedentes de ejercicios anteriores		51.308,05
1200	Remanente		71.013,28
1210	Resultados negativos de ejercicios anteriores		-19.705,23
IV.	Excedente del ejercicio		13.753,38
1290	Resultados del ejercicio		10.096,78
A-2)	**Subvenciones, donaciones y legados recibidos**		**18.972,34**
1320	Otras subvenciones		18.972,34
B)	**PASIVO NO CORRIENTE**		**0,00**
C)	**PASIVO CORRIENTE**		**6.242,91**
II.	Deudas a corto plazo		0,00
3.	Otras deudas a corto plazo		0,00
V.	Acreedores comerciales y otras cuentas a pagar		6.242,91
1.	Proveedores		0,00
2.	Otros acreedores		6.242,91
4100	Acreedores por prestaciones de servicios (euros)		514,41
4650	Remuneraciones pendientes de pago		37,09
4751	Hacienda Pública, acreedora por retenciones practi		2.046,94
4760	Organismos de la Seguridad Social, acreedores		3.644,47
	TOTAL PATRIMONIO NETO Y PASIVO (A + B + C)		**114.899,13**

CIF: G-36816106 / N.º Registro Provincial: 3990 / N.º Registro Sanitario: C-36-001877