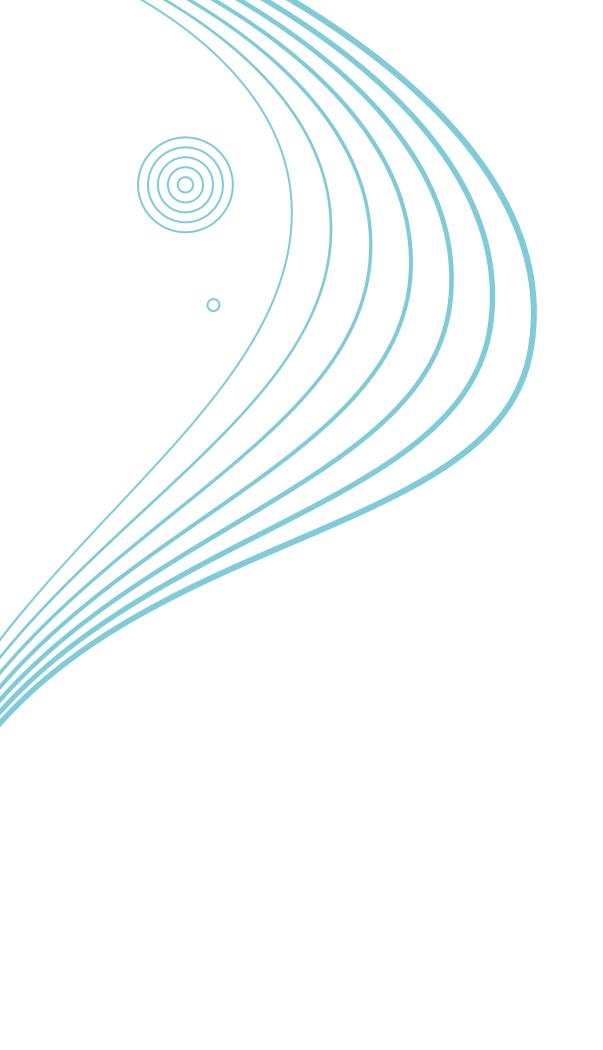
MEMORIA DE ACTIVIDADES DE LA COORDINADORA NACIONAL DE ARTRITIS 2022





ÍNDICE

Carta de la presidenta	5
Quiénes somos	7
I. Asesoramiento, acompaña- miento y ayuda: SAIPAR y Pa- ciente Activo	9
II. Mostramos la situación de nuestro colectivo: Trabajamos en red	10
III. Información y guía: revista ConArtritis	10
IV. Octubre, mes de la artritis y espondiloartritis	11
V. Actividades	16
VI. Colaboraciones	20
VII. Comunicación	26
VIII. Delegaciones	27
IX. Formación al equipo	32
X. Asociaciones	33



CARTA DE LA **PRESIDENTA**

Dña. Sandra Múgico Peña

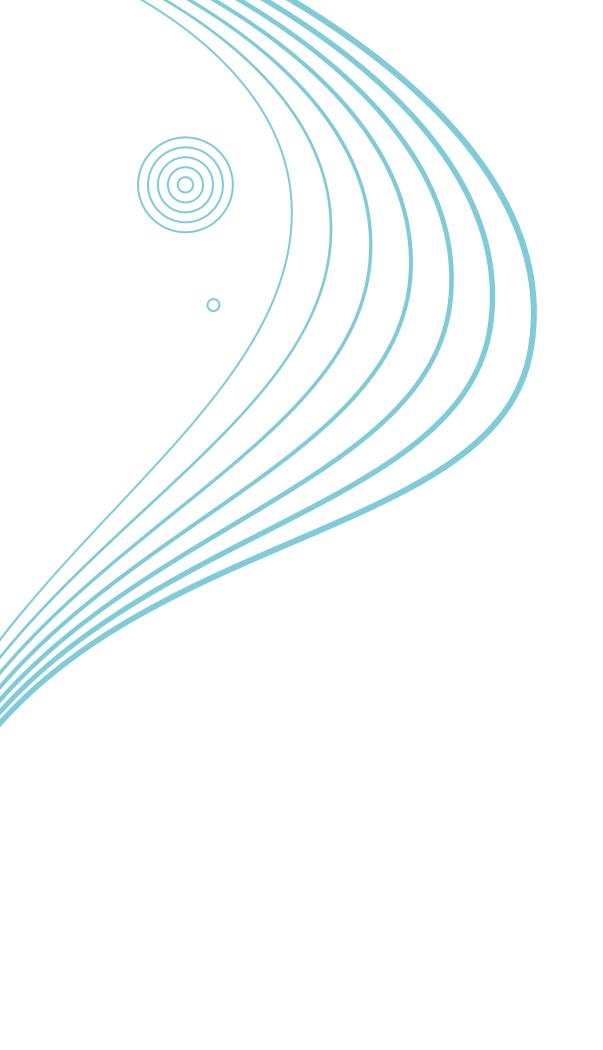
En ConArtritis un año más seguimos llevando un mensaje esperanzador a las personas que han sido diagnosticadas con artritis reumatoide, artritis psoriásica, artritis idiopática juvenil y espondiloartritis, desarrollando diferentes estrategias de visibilidad, sensibilización, concienciación y formación que buscan mejorar la calidad de vida de más de un millón de personas de todas las edades en España que conviven con ellas y sus familias.



Nos enorgullece la confianza que han mostrado estas personas en los últimos doce meses, participando en las actividades desarrolladas, poniéndose en contacto a través de los diferentes canales de comunicación y acudiendo a nuestro Servicio de Atención Integral para Personas con Artritis y sus familiares SAIPAR.

En octubre organizamos "Octubre, mes de la artritis y espondiloartritis" junto con nuestras asociaciones miembro, delegaciones y otras asociaciones invitadas, afianzando definitivamente una campaña que se puso en marcha por primera vez en 2009. Igualmente, hemos desarrollado otras iniciativas que, vistos los resultados tan positivos, dan sentido a nuestro trabajo de todo 2022 como el estudio de la artritis idiopática juvenil, la campaña Avanza con la artritis psoriásica o el lanzamiento de Pensando en ti, poniendo el foco en la adherencia terapéutica y en los hábitos de vida saludables. Pero no solo quiero destacar nuestras campañas sino agradecer al equipo de la coordinadora, de nuestras delegaciones y de las asociaciones que nos acompañan en nuestra misión, pues gracias a su compromiso y dedicación hemos logrado terminar un año con resultados satisfactorios.

ConArtritis tiene un rumbo muy claro y la definición de lo que somos y a lo que aspiramos, se ve reflejada en las acciones, el cariño y el apoyo de nuestros socios, del sector asociativo, de profesionales sanitarios y sociosanitarios, de laboratorios farmacéuticos y demás aliados con los que seguimos en la tarea de construir un mundo mejor y más empático para las personas con artritis y espondiloartritis.



QUIÉNES **SOMOS**

La Coordinadora Nacional de Artritis, ConArtritis, es una asociación sin ánimo de lucro que engloba a 14 asociaciones de personas con artritis de toda España y dispone de 15 delegaciones.

Misión

ConArtritis tiene como misión integrar y representar a las asociaciones de personas con artritis y espondiloartritis ante las administraciones y los gestores sanitarios con la finalidad de promover iniciativas públicas y legislativas que redunden en la plena integración social y laboral, y en la mejora de la calidad de vida de las personas con artritis reumatoide, artritis psoriásica, artritis idiopática juvenil y espondiloartritis.

Visión

Ser la organización de referencia de las personas con artritis y espondiloartritis y de las asociaciones que las representan, con la capacidad de unificar y coordinar todos los esfuerzos e influir en el desarrollo de políticas sanitarias que mejoren significativamente la calidad de vida de las personas con artritis.

/alores

- Compromiso con las personas con artritis. trabajamos por y para las personas con artritis y espondiloartritis. La mejora de su calidad de vida y su plena integración social y laboral son nuestro fin último y, en definitiva, lo que nos motiva, nuestro motor, para seguir trabajando.
- **Representación**, creemos que la integración de las asociaciones de personas con artritis en una única entidad, que luche por sus intereses y coordine sus actividades, permite crear un frente común más sólido y efectivo.
- **Trasparencia y honestidad**, en todas las actividades e iniciativas que se llevan a cabo.
- Trabajo en equipo, trabajamos de manera conjunta y organizada, teniendo en consideración tanto las necesidades y opiniones de las personas con artritis como de todas las asociaciones de personas con artritis que integramos.

ConArtritis está integrada en otras entidades:

- Confederación Española de Personas con Discapacidad Física y Orgánica (COCEMFE).
- Platform of organisations of people with Rheumatic Diseases in Southern Europe (AGORA).
- Unión de Asociaciones de Personas con Enfermedades Crónicas Inflamatorias Inmunomediadas (UNIMID).
- International Alliance of Patients' Organizations (IAPO).

LA JUNTA DIRECTIVA DE CONARTRITIS DE 2022

Presidenta

Dña. Sandra Mugico Pena Vicepresidente y tesorero

D. Antonio Ignacio Torralba Gómez-Portillo Secretaria General

Dña. Josefa Artero Samanes

Vocal

Dña. Mª Isabel Pérez Fernández Vocal

Dña. Patricia Alejandra Rudaeff López Vocal

Dña. Alexandra Díaz Sánchez

ASESORAMIENTO, ACOMPAÑAMIENTO Y AYUDA

SAIPAR

En ConArtritis, a través de nuestro Servicio de Asistencia Integral para Personas con Artritis y Familiares (SAIPAR) hemos continuado trabajando, un año más, para ayudar de forma directa a personas con estas patologías de todo el territorio nacional para mejorar su calidad de vida. Durante 2022 se han realizado 460 atenciones a 352 personas, en su mayoría personas con artritis y espondiloartritis, pero también familiares, profesionales y estudiantes interesados en conocer dichas patologías.

En SAIPAR también se detectan casos en los que se valora la necesidad de recibir una terapia psicológica individual con profesionales de psicología. En 2022 han sido 16 las personas que han solicitado el servicio.

352
PERSONAS
ATENDIDAS

460 CONSULTAS

16
PERSONAS EN TERAPIA
PSICOLÓGICA
INDIVIDUAL

PACIENTE ACTIVO

En 2022 se ha continuado con la tercera edición del programa de formación Paciente Activo con Artritis Reumatoide que tiene por objetivo formar a personas con esta enfermedad. Se trata de una actividad online que cuenta con el respaldo de Sanofi y que está destinada a mejorar su calidad de vida.

Este programa sirve para que las personas con estas enfermedades sean capaces de entender y manejar mejor la enfermedad mientras que contribuyen a fomentar su visibilidad en la sociedad. Se promueve el rol de la persona con artritis reumatoide como la responsable de su autocuidado, facilitando la adquisición de las competencias necesarias para incorporar hábitos de vida saludables y estrategias para hacer frente al día a día con un mayor bienestar.

Se desarrollan sobre una plataforma online de acceso restringido. El programa engloba 12 temas agrupados en tres bloques en los que se aborda el concepto de artritis reumatoide, herramientas y recursos de autocuidado y la gestión de las emociones.







MOSTRAMOS LA SITUACIÓN DE NUESTRO COLECTIVO: TRABAJAMOS EN RED

ConArtritis no solo ha ayudado, acompañado e informado a las personas con artritis reumatoide, artritis psoriásica, artritis idiopática juvenil y espondiloartritis, sino también a sus asociaciones miembros y delegaciones a través del Proyecto Fortalecimiento Asociativo "Trabajamos en Red".

Por cuarto año consecutivo hemos continuado con la labor dirigida a empoderar y visibilizar las acciones y el trabajo que realizan las asociaciones y delegaciones de ConArtritis, ofreciendo herramientas y recursos que les han ayudado a proporcionar un mejor servicio. 31
ATENCIONES
ASOCIACIONES

70
ATENCIONES
DELEGACIONES

I I I REVISTA CONARTRITIS

Se han publicado en 2022 tres números de la revista ConArtritis con la colaboración de profesionales sanitarios, sociosanitarios, colegios profesionales y otras asociaciones.

En mayo de 2015 se lanzó el primer número de la revista y, a día de hoy, continuamos con el objetivo de ofrecer a las personas información fiable y de calidad, siempre contrastada por profesionales de cada materia.









TUBRE, MES DE ONDILOARTRITIS

"Octubre, mes de la artritis y espondiloartritis" ha sido un año más la campaña más destacada pues ha englobado cinco actividades que han conseguido que el mes de octubre haya estado plenamente dedicado a las personas con artritis y espondiloartritis.

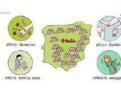
La campaña ha sido declarada de interés social por la Sociedad Española de Reumatología (SER), y en ella participaron 9 delegaciones de ConArtritis, 14 asociaciones miembros y no miembros de ConArtritis, y contó con el respaldo económico de 12 compañías farmacéuticas: AbbVie, Biogen, Bristol Myers Squibb, Galápagos, Gebro Pharma, Janssen, Lilly, Nordic Pharma, Pfizer, Sandoz, Sanofi y UCB.



Las actividades que se han realizado son:

· Cinco vídeos "Octubre, mes de la artritis y espondiloartritis. Es hora de que las conozcas, es nuestro mes": Hemos creado un vídeo por cada enfermedad mostrando aspectos cotidianos que pasan desapercibidos para la sociedad, pero que pueden disminuir la calidad de vida. Los vídeos han recibido en YouTube 1.205 visualizaciones.



















• Luce por la artritis: El 1 de octubre, coincidiendo con el Día Nacional de la Artritis, se iluminaron de verde 153 edificios y monumentos de toda España.















• Ven de verde: El día 12 de octubre, coincidiendo con el Día Mundial de las Enfermedades Reumáticas, se ha realizado una actividad en redes sociales en la que 94 personas y/o entidades han publicado una foto vestidos de verde para dar visibilidad y apoyo a las personas que tiene estas enfermedades. Entre las imágenes publicadas en Instagram se han premiado la foto que obtuvo más like y la foto más original según los miembros de la Junta Directiva de ConArtritis.

















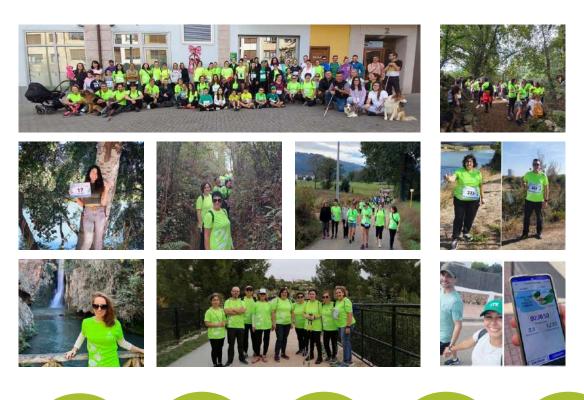


• Il Congreso de Personas con Artritis y Espondiloartritis: congreso online organizado el 6 y 7 octubre con once charlas impartidas por 11 profesionales. A este Congreso, albergado en la web www.congresoconartritis.org, se inscribieron 277 personas.





• III Camina y pedalea por la artritis y la espondilitis: actividad desarrollada los días 15 y 16 de octubre a la que se inscribieron 706 personas. Esta acción tuvo una gran repercusión en redes sociales ya que una veintena de influencers compartieron la carrera en su Instagram y blogs, animando a participar a sus miles de seguidores. Asimismo, el equipo de actores de la serie Hospital Central de Telecinco y los bomberos del Ayuntamiento de Madrid, grabaron un video incentivando la participación. Además, se realizó un sorteo de cuatro ordenadores entre los inscritos.







+700
INSCRITOS
CARRERA

+90 VEN DE VERDE 1183
VISUALIZACIONES

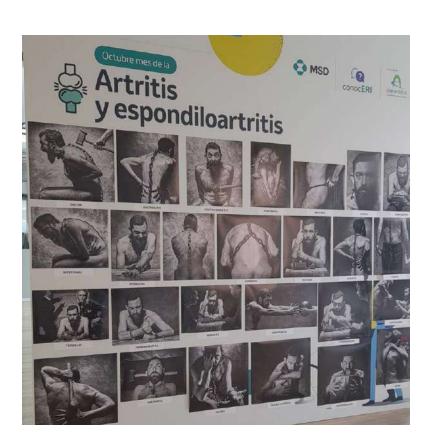
 Ponte en mi lugar: acción de visibilización realizada en Lilly y Biogen. El objetivo es que las personas que trabajan en empresas farmacéuticas experimenten cómo es vivir con estas enfermedades y descubran qué dificultades encuentran en su día a día quienes han sido diagnosticados con artritis y espondiloartritis.





Acciones complementarias:

• Exposición fotográfica de espondilitis anquilosante: se realizó una exposición fotográfica en la compañía biofarmacéutica MSD, con el fotógrafo Pablo Pérez. En dicha exhibición se ilustra como la enfermedad y el dolor impactan en todos los aspectos de la vida.



• "Tu lunes puede ser mejor de lo que crees": Con la premisa "¿Te imaginas que todos tus días fueran un lunes cuesta arriba?", en alianza con Lilly, se han recreado situaciones a las que se enfrentan las personas con artritis reumatoide activa cualquier día de la semana, con dificultad para realizar tareas tan sencillas como levantarse por la mañana, vestirse o comer, comparándolas con la rutina de personas que no la padecen.





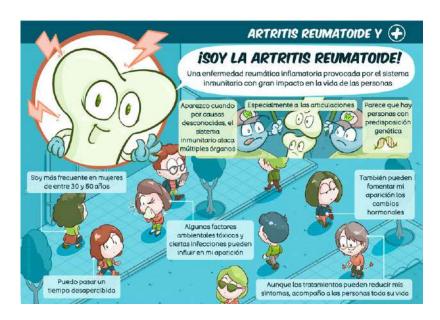


Artritis reumatoide y más

Se puso en marcha para concienciar sobre las comorbilidades asociadas a la artritis reumatoide. Entre estas enfermedades asociadas se encuentra la Enfermedad Pulmonar Intersticial Difusa (EPID), ciertos problemas cardiovasculares, la depresión y la aparición de neoplasias malignas o tumores.

Para ahondar en las comorbilidades se han difundido varias notas de prensa y como carta de presentación se ha lanzado un vídeo animado con una breve descripción de las enfermedades asociadas a la artritis reumatoide. A su vez, se han publicado en las redes sociales cinco infografías explicativas, una sobre las generalidades de la artritis reumatoide, y cuatro en las que se ven los efectos y medidas de prevención de cada una de las comorbilidades mencionadas.

Asimismo, con el objetivo de conocer la experiencia en primera persona de quienes conviven con la artritis reumatoide asociada a EPID se ha grabado y difundido un vídeo testimonial. Por último, la campaña ha contado con un coloquio virtual en el que intervienen con la participación de dos especialistas. Esta iniciativa cuenta con el patrocinio de Bristol Myers Squibb (BMS) y Boehringer Ingelheim.



Informe de Artritis Idiopática Juvenil

Se realizó un estudio cualitativo que tenía por objetivo conocer las necesidades de los niños con artritis idiopática juvenil. Para ello, se preguntó a jóvenes de entre 20 y 30 años cómo han vivido la enfermedad, qué dificultades han tenido y cómo eran sus relaciones interpersonales. También se preguntó de forma separada a padres para complementar e identificar las necesidades de forma directa.

Para la difusión de este informe, además de publicar una nota de prensa, se ha realizado una infografía desglosada con paradas para dar a conocer y concienciar a la sociedad sobre la AIJ, valorando el impacto emocional en los niños y familiares, la convivencia con los síntomas y la incomprensión de compañeros y profesores en el ámbito académico. Esta iniciativa cuenta con el patrocinio de Gebro, Pfizer y Sandoz.



Avanza con la APs:

Se ha dirigido principalmente a personas con un diagnóstico reciente de esta enfermedad, a sus familiares y personas de su entorno cercano, para facilitarles el proceso de aceptación y adaptación. Además, es un mecanismo de sensibilización a la sociedad en general.

Para dar visibilidad a esta enfermedad y concienciar sobre ella a la sociedad se estructuró, en colaboración con el laboratorio farmacéutico Janssen, esta campaña de comunicación en la que se realizaron diferentes tácticas como: nota de prensa, video animado e infografías y post en RRSS.

MEMORIA 2022 V. ACTIVIDADES 18







Pensando en ti

Dentro de esta campaña se han estructurado diferentes planes de divulgación con temáticas importantes para sensibilizar y ayudar en el proceso de conocimiento de la enfermedad a las personas que conviven con ella y así, contribuir a la mejora de su calidad de vida.

Adherencia: esta iniciativa tenía como objetivo aclarar la importancia de la adherencia y dar herramientas que se pudieran implementar en el día a día y ser adherentes para tener constancia en el tratamiento. Se contó con la colaboración y el patrocinio de Abbvie, Amgen, Galápagos, Janssen y MSD.



Adherencia





• Hábitos de vida: dirigida a personas con un diagnóstico reciente de artritis para que comprendan la importancia de seguir hábitos de vida saludables, a sus familiares y personas de su entorno para que puedan apoyarles en el proceso y a la sociedad en general para sensibilizarles con las personas que padecen esta enfermedad y para que también puedan poner en práctica estas conductas saludables. Esta iniciativa cuenta con la colaboración y el patrocinio de Abbvie, , Galápagos, Janssen, MSD y Pfizer











\/\I. COLABORADORES

Iniciativas o proyectos

A lo largo del año, ConArtritis participó, avaló y/o visibilizó 9 iniciativas o proyectos diferentes:

 Artritips: colaboramos en esta iniciativa de UCB con el objetivo de ofrecer ayudas y consejos para las personas con artritis. Consisten en un conjunto de diferentes encuentros realizados por la red social de Instagram Live de la mano de especialistas en deporte, bienestar emocional y nutrición que forman parte de la entidad.





• Travesía en kayak por la artritis: Gracias a la iniciativa de tres policías locales y un guardia civil de Santa Pola (Alicante), pertenecientes a la Asociación Star Spain Intercambio Policial Internacional, que atravesaron Francia en kayak durante el mes de noviembre en una ruta de 600 kilómetros, se sensibilizó y se dio visibilidad a la artritis para concienciar que puede aparecer a cualquier edad. "Art", un policía dinosaurio de peluche, fue el símbolo de todas las personas diagnosticadas con esta enfermedad.





• Reumachef: se contribuyó en la difusión de la nueva edición de Reumachef que organiza la Sociedad Española de Reumatología. Se trata de una acción dirigida a jóvenes de entre 14 y 18 años con alguna enfermedad reumática en un taller de cocina y con la participación de expertas (reumatólogas, enfermeras y especialistas en nutrición) para hablar de hábitos de vida saludables, ejercicio físico, alimentación y consejos para el día a día.



Reumachef

¡Participa en nuestro taller de cocina y toma nota de todos los consejos del taller de hábitos de vida saludable!

Desde la Fundación Española de Reumatología organizamos de nuevo Reumachef, una actividad dirigida a jóvenes con enfermedades reumáticas de entre 14 y 18 años.



















Los interesados deben enviar un mail a comunicacion@ser.es para inscribirse, especificando en qué lugar desean realizar la actividad.



• Lanzamiento de la aplicación Sidekick: Se ha avalado la aplicación Sidekick de Pfizer, una aplicación móvil sobre hábitos de vida saludables para las personas con artritis reumatoide.



• Lanzamiento de la aplicación Care+: se ha avalado la herramienta digital gratuita Care+ de Biogen que está dirigida a pacientes con enfermedades inflamatorias inmunomediadas (IMIDs) con el objetivo de dotarles de recursos útiles e información complementaria a los cuidados médicos para mejorar su enfermedad en el día a día, con contenidos prácticos, atractivos y motivadores.



Grabación del programa Yeyehelp: María José Artero, secretaria general de ConArtritis, abordó en directo en el canal de YouTube de Yeyehelp cómo la artritis y la espondiloartritis afecta a la calidad de vida de las personas, además de sus causas y tratamientos.



- Grabación del programa Pacientes TV: El Dr. Jaime Bachiller, especialista en reumatología del Hospital Ramón y Cajal de Madrid, ofreció una ponencia sobre los tratamientos para la artritis y dos personas asociadas a ConArtritis le realizaron preguntas.
- Libro testimonios ilustrados: para colaborar con esta iniciativa de Pfizer, se ha contactado y facilitado el testimonio de vida de más de una decena de personas con artritis reumatoide, artritis idiopática juvenil, espondilitis anquilosante y artritis psoriásica.
- Optimización de la vacunación de personas en grupos de riesgo: se ha colaborado con GSK en la optimización de la vacunación de personas en grupos de riesgo con la identificación de barreras y problemáticas que existen en la vacunación de los grupos de riesgo, a través de cuestionarios para socios y comunidades en redes sociales.



Representación ante diferentes organismos:

Durante el 2022 ConArtritis tuvo la oportunidad de representar a las personas con artritis reumatoide, artritis psoriásica, artritis idiopática juvenil y espondiloartritis en distintos espacios para poner sobre la mesa el punto de vista de la persona que tiene la enfermedad y buscar siempre la mejora de su calidad de vida:

Participación como expertos y asesores:

A lo largo del recorrido de la Coordinadora, su visión ha sido un referente en el desarrollo de estudios y proyectos que encabezan otras entidades y que buscan beneficiar la calidad de personas con enfermedades reumáticas. En este sentido, durante el 2022, participó en 6 diferentes asesorías:

- · Asesoramiento en la reunión sobre prevención de enfermedades mediante vacunación en personas pertenecientes a grupos de riesgo: percepciones, áreas de mejora y el futuro más allá del Covid-19. Financiado por GSK.
- Asesoramiento en el estudio optimización de la vacunación de personas en grupos de riesgo. Financiado por GSK.
- Colaboración con el Instituto de Salud Musculoesquelética como asesores en el proyecto EducAR, mediante la revisión de materiales y desarrollo de la herramienta EducAR para favorecer la adherencia terapéutica. Financiado por MSD.
- · Colaboración en el proyecto MIRROR III de Propatiens, en el que se participó para la valoración del impacto de liderazgo y reputación de las entidades de la industria de las tecnologías sanitarias, así como el nivel de interlocución.
- · Grupo de trabajo COCEMFE, para la elaboración del Libro Blanco de la Discapacidad Orgánica.
- · Participación en estudios de mercados sobre aspectos de la enfermedad.

Ponentes en jornadas, congresos y encuentros de otras entidades:

Se participó en 4 escenarios diferentes como ponentes, para ser un altavoz de las personas que tienen personas artritis reumatoide, artritis psoriásica, artritis idiopática juvenil y espondiloartritis:

 Participación en la jornada de Farmaimpulso con la colaboración de Janssen sobre la mejora de calidad asistencial y gestión de las enfermedades inflamatorias inmunomediadas y el servicio de farmacia hospitalaria.

- XLVIII Congreso Nacional de la Sociedad Española de Reumatología con la instalación de una mesa informativa.
- Participación en la V Jornada Anticipando la Medicina del futuro, donde expertos a nivel nacional debatieron sobre las áreas abordadas en el Informe Anticipando Radiómica.

Asistencia a eventos

La coordinadora ha participado como asistente en 6 eventos diferentes a lo largo del año. Estos espacios son de interés ya que permiten tener información actual del sector asociativo y/o sanitario, así como afianzar las relaciones.

- Participación en la X Jornada Somos Pacientes El papel del paciente en la vida del medicamento de la Fundación Farmaindustria.
- Entrega de los VIII Premios #SomosPacientes22, organizado por Somos Pacientes y la Fundación Farmaindustria.
- VIII edición del Foro Premios Afectivo Efectivo, que trató sobre la salud y sostenibilidad en el marco de la Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible. Financiado por Janssen.
- 51 Congreso SOGARE de Ferrol, en la jornada para pacientes y asociaciones.
- · Jornadas OPENLAB, del Hospital de Vigo con el Dr. Pego Reigosa.
- Participación en el programa concurso Competencia Virtual, en la televisión digital Pacientes.TV, con el que se intenta acercar a los pacientes y familiares de pacientes a la realidad sobre el conocimiento de las enfermedades crónicas.



26



VII. comunicación

Redes sociales

Las actividades, servicios, recursos y campañas llevadas a cabo por ConArtritis se han dado a conocer por los diferentes canales de comunicación de la entidad, obteniendo un incremento notable en las redes sociales en 2022.

X	1.457 tweets	638 seguidores nuevos	471.400 impresiones	6.829 tweets favoritos
f	244 post	1.123 seguidores nuevos	643.987 personas alcanzadas	48.644 interacciones
O	237 posts	1.523 seguidores nuevos	586.863 cuentas alcanzadas	29.508 interacciones
	23 videos	15.478 visualizaciones	630 minutos de visualización	1.100 nuevos suscriptores
in	140 publicaciones	71.765 impresiones		
4	104 publicaciones	17.515 visualizaciones		

Notas de prensa:

En 2022 se han realizado 20 notas de prensa enfocadas en la difusión de los principales proyectos de ConArtritis como SAIPAR, Fortalecimiento asociativo así como cada una de las campañas realizadas por la entidad, especialmente Octubre, mes de la artritis y la espondiloartritis. Cabe subrayar que en 2022 se ha conseguido una cobertura más amplia en el clipping de prensa, llegando a medios de comunicación que no pertenecen específicamente al ámbito sanitario.

VIII. DELEGACIONES

Todas las delegaciones de ConArtritis han trabajado dando difusión de las actividades que hace la entidad en sus ciudades. Su participación ha sido especialmente activa durante la campaña Octubre, mes de la artritis y espondiloartritis con la solicitud de la iluminación de diferentes edificios y monumentos así como la participación en la carrera solidaria Camina y Pedalea por la artritis y la espondilitis.

Así mismo en las delegaciones de Madrid, Mallorca y Santiago propiciaron la creación de Grupos de Ayuda Mutua (GAM), un espacio en formato on-line, para que personas con la enfermedad compartieran sus experiencias e inquietudes y se dieran apoyo con el fin de hacer frente a su situación, evitando el aislamiento y proporcionando recursos para la mejora en su autoestima y calidad de vida. y que haya una mayor vinculación con la entidad.

Se realizaron tres talleres, uno por cada delegación sobre los siguientes temas: Planificación de menús semanales saludables (ConArtritis-Santiago); El papel de la terapia ocupacional en las artritis inmunomediadas (ConArtritis-Madrid) y La evolución en los últimos 20 años de las enfermedades reumáticas (ConArtritis-Mallorca).



ConArtritis-Madrid

- Apoyo al Servicio Integral para Personas con Artritis y sus familiares (SAIPAR): Colaboración en las atenciones y derivaciones a particulares o entidades colaboradoras con las que existen diferentes convenios compartidos con ConArtritis Nacional. En total se ha prestado este servicio a 160 personas durante el año 2022, realizando para las mismas 238 atenciones.
- Divulgación en redes sociales: compartiendo la actividad de ConArtritis y creando contenido digital de interés, aumentado el engagement y los seguidores notablemente.



- Atención en el stand de ConArtritis Madrid en:
 - · 2ª Carrera de las Enfermedades Reumáticas de la SORCOM.
 - · IV Feria del Asociacionismo de Arganzuela
 - · Congreso anual de la SORCOM
- · Participación en el podcast "Un café con..."
- Desarrollo de cursos: Se llevaron a acabo los cursos "Gestión del dolor" y "Habilidades sociales" con la colaboración de la Universidad Complutense de Madrid.
- Ejecución de directos en Instagram: uno con la Dra. Ana Anzola, reumatóloga, y otro con Imara Herrera, nutricionista, ambas del equipo de ReuMadrid.







ConArtritis-Mallorca

- Encuentro madres AIJ.
- Visita a las instalaciones Rafa Nadal.
- · Presentación Eina Salut (Plataforma para pacientes de la Conselleria de Salud): Desde el Gabinete de la Consejera de Salud y Consumo se envió invitación para participar en la presentación de una nueva herramienta para personas y asociaciones.

· Paciente Activo:

- · Mesa informativa en jornadas.
- · Participación en la sesión formativa de Pacient Actiu de IB, con el tema "Asociaciones".
- Participación en mesa de debate "Las Asociaciones de Pacientes hablan".
- Taller de Desarrollo Personal: con el objetivo de mostrar opciones complementarias a los tratamientos médicos, muy enfocados en la parte de los pensamientos y las emociones.
- Participación en Sa Fira d`Artesanía de Algaida.
- Presentación del libro "Vida".
- Granada Digital "Salud a todo Twitch": la delegada Isabel Pérez intervino en el programa de artritis reumatoide donde se trataron diversos temas como vivir con artritis reumatoide, dificultades en el día a día y tratamientos en los últimos años.









ConArtritis-Santiago

- Programa de promoción de autonomía personal: se han conseguido más de 130 beneficiarios directos y se han realizado diferentes actividades:
 - · Tres talleres de distintas temáticas.
 - Tres charlas con la escuela de pacientes y la jefatura de reumatología del Hospital Clínico Universitario de Santiago.
 - · Participación en la Feria de la Saúde del Ayuntamiento de Ames.
 - · 2 semanas de balneoterapia.
 - · Actividades deportivas.
- Atención, acompañamiento, información y escucha activa a las personas socias, familiares, personas cuidadoras y público interesado.
- Actividades e información de interés como medicación, hábitos saludables, adherencia, etc. a través de RRSS, mail y WhastApp.
- Nuevo convenio de nutrición y mantiene los convenios ya existentes con psicología, jurídicos, fisioterapia y balneoterapia.





ConArtritis-Alcorcón

 Acuerdo de colaboración con la Clínica Universitaria Rey Juan Carlos I para ofrecer a las personas asociadas servicios de podología, psicología, fisioterapia y cardiología y terapia ocupacional.





ConArtritis-Fuenlabrada

- Proyecto ConectARTE con la artritis: en el que se realizaron dos talleres de manualidades CalmARte a través de vídeoconferencia y la charla InformARte sobre la artritis y espondiloartritis y sus mitos mediante directo a través de Instagram.
- **Stand informativo** en la XV Feria de la Salud del Ayuntamiento de Fuenlabrada
- Participación en la Plataforma de pacientes del Ayuntamiento de Fuenlabrada "EnREDados en Salud", formado por distintas asociaciones del sector.



IX. FORMACIÓN AL EQUIPO



FORMACIÓN AL EQUIPO

Con el ánimo de mantener actualizado al equipo y potenciar sus habilidades de trabajo en temas de gestión, que contribuyan a la mejora continua de la coordinadora, se participó en los siguientes cursos o espacios formativos:

- Participación en el programa de formación de la Red Talento Solidario 2022: Profundizando en la captación de fondos.
- · Whorkshop alianzas con empresas y webinar de la Red Talento Solidario:
 - · Tendencias en sostenibilidades
 - · Activos intangibles
 - · Claves de valor para construir o mejorar nuestra propuesta.
- Participación en la 9ª edición de AsociAcción con la compañía farmacéutica AbbVie, sobre el rol de las asociaciones de pacientes en España realizando diferentes talleres.
- Curso sobre Control y seguimiento presupuestario en las entidades de COCEMFE.
- · Formación sobre organización de eventos, organizada por COGAMI.
- Formación uso bases datos con la empresa MN Program.

MEMORIA 2022 conartifits





ASEARPO

- Talleres semanales de psicología, taichí y percuterapia.
- Charlas informativas mediante el SERGAS: una en Pontevedra junto al servicio de reumatología y otra en Vigo con una sexóloga.
- **Puntos de información** semanales en los hospitales de Pontevedra y Vigo (Hospital Provincial, Hospital Álvaro Cunqueiro y Hospital Meixoeiro).
- **Jornadas:** En el marco de la campaña "Octubre, mes de la artritis y espondiloartritis", realizó dos jornadas, una sobre artritis psoriásica en el Hospital Álvaro Cunqueiro, y otra junto al servicio de reumatología del Hospital Ribera Povisa.
- Participación en el concurso de fotografía anual.









ARO

- · Charla de nutrición
- Talleres de psicología: Se llevaron a cabo dos. En el primero se desarrollaron sesiones de mindfulness con el objetivo de dotar a las personas de un método para aprender a gestionar las emociones, reacciones, actitudes y pensamientos y para afrontar las situaciones que se les presentan en la vida mediante la práctica y perfeccionamiento de la atención plena, el aquí y ahora, además de la reducción del estrés y de la ansiedad y el aumento de la autoestima. En el segundo taller se realizaron actividades para trabajar la memoria fomentando la autonomía de los individuos a través de ejercicios prácticos que les permitan mejorar su memoria y prevenir el deterioro cognitivo, desarrollando aspectos cognitivos-psicológicos.

· Actividades deportivas:

- la Marcha Nórdica: una forma de actividad física en la que se añade, a la forma natural de caminar, el uso activo de un par de bastones especialmente diseñados para la ocasión.
- Aquagym: una modalidad de fitness acuático con la que se realizan numerosos ejercicios centrados en la tonificación muscular.
- **Microgimnasia:** terapia rápida, sencilla y nada agresiva para ayudar a recuperar el bienestar
- Mesa debate "Paciente pluripatológico: enfermedades crónicas, artritis reumatoide, nefrología enfermedades neuromusculares": la Subdirección de gestión del sector Zaragoza organizó en el Hospital Miguel Servet este encuentro con el fin de mejorar la relación con el paciente y hacerlo protagonista de su proceso de enfermedad y tratamiento. En esta mesa participaron médicos especialistas, médicas de atención primaria, profesionales de asociaciones de pacientes y afectados.





AFAea Burgos

- Servicio de información, apoyo y asesoramiento, trabajando activamente desde la atención individual, familiar y grupal.
- Servicios complementarios de fisioterapia a lo largo de todo el año.
- Atención psicológica y de nutrición.
- Ruta por las lagunas de Neila.
- **Grupos de apoyo** donde compartir preocupaciones, puntos de vista y necesidades de las personas que tienen la misma enfermedad o conviven con ella.
- Charlas, talleres y cursos, como son el curso gestión emocional aplicada a la espondilitis anquilosante y la charla acerca el dolor crónico donde quisieron dar una vuelta de tuerca y otorgar el protagonismo a las personas que padecen las enfermedades para que explicasen en primera persona las consecuencias de vivir con ellas.
- · Actividades públicas de divulgación:
 - "V jornada sobre espondilitis anquilosante", la cual se celebró el 7 de mayo de 2022 en el día Mundial de la Espondilitis Anquilosante.

- "Jornada de divulgación de la espondilitis anquilosante" en la Universidad de Burgos de la mano de Víctor Hernández para dar a conocer la espondilitis anquilosante a los alumnos/as de terapia ocupacional.
- IV Edición de "Pedalea por la EA" con la que quisieron salir a la calle para poder divulgar y visibilizar la espondilitis con los ciudadanos de Burgos, además de poner en valor los servicios que tiene AFAea como asociación.





Acrear

- Servicio de fisioterapia, de psicología y aquagym terapéutico: Esta acción se realiza en colaboración con la Asociación de Enfermos de Fibromialgia y Síndrome de Fatiga Crónica (Fibroreal) de Ciudad Real.
- Excursión al Monasterio de Uclés, ubicado en la provincia de Cuenca, y posteriormente al Parque Arqueológico de Segóbriga. Se realizó el traslado en autobús desde Ciudad Real de todos los inscritos en la actividad, contando con transporte adaptado para los usuarios con movilidad reducida.

- Intervención en el informativo matinal CLM Despierta de la televisión autonómica Castilla La Mancha Media (CMM), a través de la compañía farmacéutica Lilly, distribuidora de algunos fármacos empleados para la artritis reumatoide. Financiado por Lilly.
- Mesas informativas, en el mes de octubre, con el objetivo de informar y concienciar a la población sobre la asociación, su labor y las actividades que ofrece, así como dar información sobre la propia enfermedad y cómo repercute en la salud de las personas afectadas. Se ubicaron en dos puntos de la ciudad, una frente al Palacio de la Diputación de Ciudad Real, y otra en la Plaza Mayor de Ciudad Real frente al Ayuntamiento.
- Práctica de Mindfulness, dividido en tres sesiones, en las cuales se trataron diferentes aspectos de la gestión emocional y las estrategias de relajación y foco para el control de la enfermedad. Se impartió por la psicóloga colegiada María Bellón con una duración de hora y media.









www.conartritis.org 91 535 21 41 • 644 00 77 18 conartritis@conartritis.org

Síguenos en:













MINISTERIO DE DERECHOS SOCIALES Y AGENDA 2030

SECRETARIA DE ESTADO DE DERECHOS SOCIALES

