

MEMORIA DE ACTIVIDADES 2021



Acem

ASOCIACIÓN COMPOSTELÁ DE
ESCLEROSIS MÚLTIPLE

LA ASOCIACIÓN COMPOSTELANA DE ESCLEROSIS MÚLTIPLE

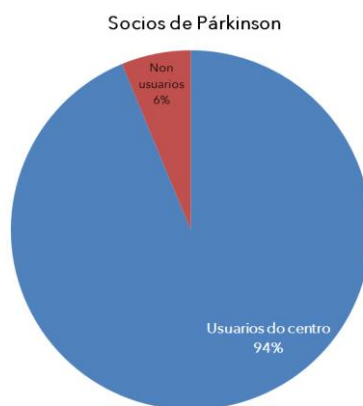
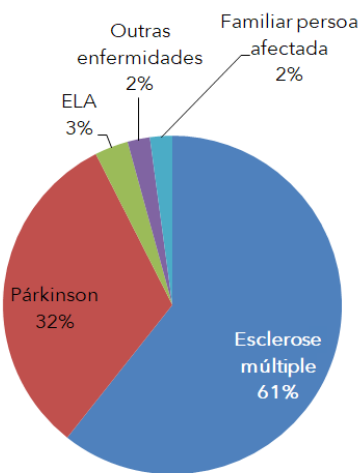
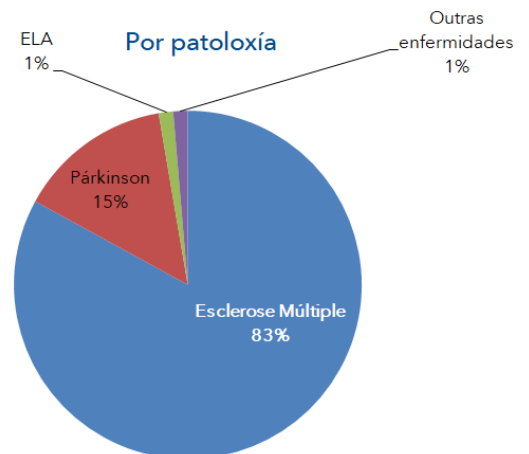
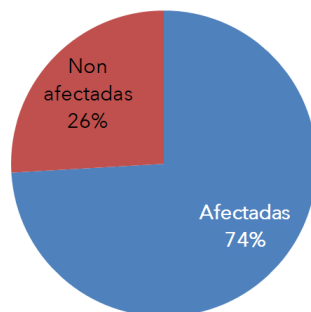
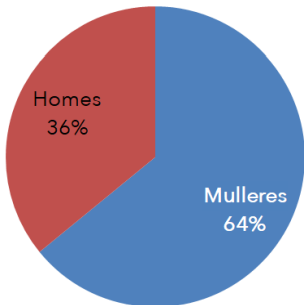
La *Asociación Compostelana de Esclerosis Múltiple (ACEM)* es una entidad sin ánimo de lucro que nace en el año 1995 con el fin de contribuir a mejorar la calidad de vida de las personas afectadas por ésta y por otras enfermedades neurodegenerativas similares. En el 2007 fue reconocida como entidad de Utilidad Pública.



Trabajamos principalmente con el colectivo de personas afectadas de esclerosis múltiple y de párkinson, llevando a cabo toda clase de acciones destinadas a mejorar su situación y la de sus familias, a través de la prestación de servicios sociosanitarios, de la sensibilización social y de la defensa de sus derechos.

El ámbito de actuación de ACEM son las provincias de A Coruña y Pontevedra.

ACEM cierra el 2021 con 301 personas socias, de las cuales:



Usuarias de ACEM

NUESTRA ACTIVIDAD:

ACTIVIDAD SOCIO SANITARIA

PROGRAMA DE REHABILITACIÓN INTEGRAL

Llevamos a cabo un programa de rehabilitación integral gracias a un equipo interdisciplinar formado por seis profesionales que prestan los servicios de fisioterapia, logopedia, terapia ocupacional, atención psicológica y trabajo social.



Fisioterapia

Ofrecido por dos profesionales. Se ampliará el servicio a tres en 2022, debido a la demanda del servicio. Personas usuarias: 82. Incluye terapias



grupales.



Logopedia

Personas usuarias: 36. Incluye terapias grupales.

Atención psicológica

Personas usuarias: 65.
También online.



Terapia ocupacional

Personas usuarias: 11. Determinadas por la oferta del servicio a través de AEDEM. Se ampliará el servicio en 2022 para atender a un mayor número de personas.



Trabajo Social

Más de 150 personas usuarias.

Complementa la información y orientación a las personas socias, un servicio de asesoramiento jurídico, que es fruto de la colaboración con *Eido abogados*, y que se oferta bajo cita previa. Personas usuarias del servicio: 20.

Talleres de terapia grupal

Obradoiro de Terapia Vocal

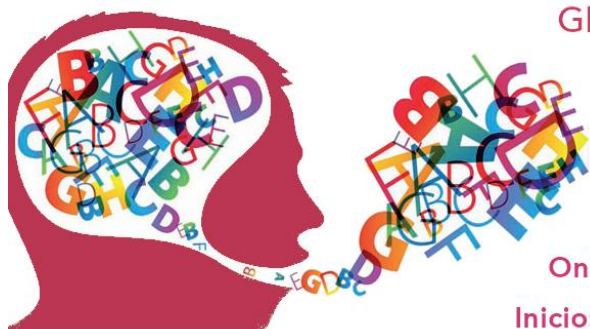
GRUPAL E ONLINE

Impartido pola logopeda de ACEM Jessica Suárez.

GRATUÍTO

Online a través de Zoom

Inicio: xoves, 11 de marzo



Terapia vocal. Dirigido a mejorar la técnica vocal de manera lúdica y divertida con la realización de diferentes actividades. De marzo a junio. Grupal y online. Impartido por la logopeda Jessica Suárez. Participantes: 8.

Seguridad en el manejo. Con la finalidad de fomentar el buen manejo de las personas usuarias más afectadas por parte de la familia/ persona cuidadora y de ellas mismas, con el mínimo esfuerzo y la máxima seguridad. Impartido por la fisioterapeuta Natalia Romero. De mayo a junio. Participantes: 28.

Movimiento y salud. Para personas afectadas de párkinson. Con el objetivo de mantener el organismo en las mejores condiciones para minimizar las secuelas de la evolución de la enfermedad. Junio y julio. Impartido por la fisioterapeuta Candela Alcaraz. Participantes: 5.



ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS

Pilates

Actividad dirigida a mantener el bienestar físico y mental. Con ejercicios de movimiento para fortalecer y equilibrar el cuerpo y la mente. Dos sesiones por semana. Participantes: 18.



Golf adaptado

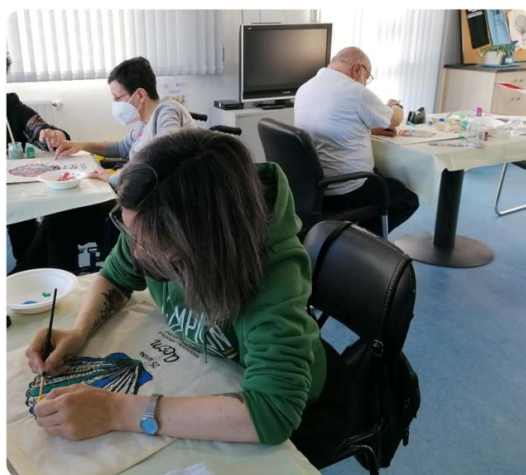


En virtud del convenio de colaboración con el *Real Aeroclub de Santiago*, personas socias afectadas de esclerosis múltiple llevan a cabo esta actividad adaptada a personas con discapacidad una vez por semana. Objetivos: fomentar el desarrollo físico, potenciar la autonomía personal y facilitar la interacción social. Participantes: 10.

Taller de artes plásticas

Con el objetivo de ayudar a canalizar las inquietudes artísticas de las personas afectadas, éstas aprenden a crear con distintas técnicas y materiales. Participantes: 10.

La actividad forma parte del proyecto cultural En-Red-Arte, que desarrolla COGAMI con la colaboración de la Xunta de Galicia.



ACTIVIDAD DIVULGATIVA Y DE CONCIENCIACIÓN

Jornadas informativas y de divulgación



Webinar "Vacunación Covid-19: Información para pacientes con esclerosis múltiple", donde se abordaron los efectos de la vacuna en la enfermedad. 10 de marzo de 2021. Online y presencial. Patrocinado por Merck. Con los doctores José M^a Prieto González, Jefe de neurología del CHUS y la Dra. Eva Costa Arpín -neuróloga en el CHUS-. Participantes: 160.

La enfermedad de párkinson. 7 de abril de 2021. Online y presencial. Con motivo del Día Mundial del Párkinson. Con los doctores Ángel Sesar Ignacio, coordinador de la Unidad de Trastornos del Movimiento del CHUS, y Gustavo Fernández Pajarín, neurólogo de la misma Unidad. Participantes: 45.

Incapacidad laboral. 30 de junio de 2021, a cargo de Marcos Moure, de *Eido Abogados*. Con el objetivo de resolver dudas sobre la incapacidad laboral y dar información del servicio de asesoramiento jurídico que *Eido* ofrece a las personas socias. Participantes: 42.



Productos de apoyo para el desplazamiento y cojines antiescaras. Jornada demostrativa de *Gerimedical*. 26 de octubre de 2021, con Alejandro Campos, responsable técnico farmacéutico de *Gerimedical*. Con el objetivo de mostrar ayudas técnicas y productos que puedan ser de utilidad para las personas socias. Participantes: 15.



Nutrición y enfermedades neurodegenerativas: "¿Existe la dieta perfecta?", 30 de septiembre de 2021. Con Lucía Terzi, graduada en Nutrición y Dietética. El rol de la alimentación en las enfermedades neurodegenerativas y el patrón alimentario más adecuado para asegurar un correcto aporte de nutrientes. Participantes: 60.

"Los enemigos de mi dieta perfecta", 9 de noviembre de 2021. Con Lucía Terzi, graduada en Nutrición y Dietética. Elementos y alimentos proinflamatorios a evitar en el marco de una dieta antiinflamatoria para enfermedades neurodegenerativas, e introducción a la correcta lectura del etiquetaje de alimentos confeccionados. Participantes: 45.

II Concierto solidario online por la esclerosis múltiple

El 2 de diciembre se celebró el evento solidario anual de ACEM: El II Concierto solidario online por la esclerosis múltiple con la banda *Ruxe Ruxe*.



El objetivo: contribuir a la visibilización de la enfermedad y recaudar fondos para atender las necesidades de personas afectadas de esclerosis múltiple y por otras enfermedades neurodegenerativas similares. Participación: 140 espectadores.

El evento fue patrocinado por *Bristol Myers Squibb* y contó con la colaboración de: *Ayuntamiento de Santiago, Altia, Viaqua, García Salgado Asesores, Gadis, Novoneón Rótulos, Monbus, Seda Formación, Los Ángeles Gas, J. Y R. Otero Caritón, Portomédica, Prysm* y *Hortas Suministros*.



Campañas de concienciación



Colores para la esclerosis. Campaña dirigida al alumnado de educación de primaria, desarrollada durante los meses de abril y mayo con motivo del *Día Mundial de la Esclerosis Múltiple*, con la colaboración de los ayuntamientos de Santiago, Ames, Teo, Brión y Oroso y de la empresa *Alcampo*. La campaña se concretó en una presentación didáctica en el aula, con ejercicios prácticos, videos con las experiencias de personas afectadas y un concurso de dibujo. Participaron más de 250 niñas y niños y 8 centros educativos de los cinco ayuntamientos.





Los doce dibujos finalistas configuraron el **Calendario solidario 2022** y todos los dibujos formaron parte de una exposición en ACEM. En el mes de junio se presentó en la Plaza Roja el calendario con la participación de las niñas y de los niños finalistas del concurso de dibujo *Colores para la esclerosis*.

Campañas a las que nos adherimos: 8 de Marzo, X Solidaria, #ConexionesEM por el Día Mundial de la EM, Día Mundial contra la violencia de género, "He Decidido" de Merck por el Día Nacional de la EM, "Bajo un mismo paraguas", con motivo del Día Mundial de la Discapacidad; entre otras.



Certámenes. Una fotografía presentada por ACEM fue seleccionada en el concurso "La mirada del paciente" de Cinfa. Además, nuestro proyecto "Escala tus sueños" de escalada para personas afectadas de esclerosis múltiple, resultó ganador en el certamen "La Voz del Paciente" de Cinfa, y se llevará a cabo en 2022.



Autor: Adrián Zapatería

Mesas informativas y de visibilización

En 2021 ACEM organizó 10 mesas informativas y de visibilización en Santiago y su entorno.

Con motivo del Día Mundial del Párkinson en la Plaza del Toural, en la Feria de la Salud y el Bienestar de Ames en Bertamirán, en la Plaza de Cervantes como cierre de la campaña *Muévete en taxi por la esclerosis múltiple*, en la Plaza Roja para la presentación del calendario solidario





Colores para la esclerosis. Además, en el Centro Hospitalario Universitario de Santiago con motivo del Día Nacional de la



Esclerosis Múltiple, en el C.C. As Cancelas, en El Corte Inglés de Santiago y en los edificios de la Xunta (San Caetano y San Lázaro) para recaudar fondos con la venta de lotería de Navidad de ACEM.



COLABORAN:



ENCUÉNTRANOS EN:



R/ Queixume dos pinos, 4.
15705, Santiago de Compostela.

Tels. 981 575 240 / 620 533 471

acem.santiago@gmail.com

www.acemsantiago.org/es

 @difusionACEM

 ACEM Asociación Compostelá de Esclerose Múltiple

 @acem.santiago

FORMAMOS PARTE DE:



COLABORAMOS CON:

