

EL CUIDADO DE LA EM

La Esclerosis Múltiple es una enfermedad autoinmune que ataca al sistema nervioso central, produciendo una afectación neurológica progresiva en las áreas dañadas.

Aunque cada vez conocemos más sobre la enfermedad, su origen es todavía desconocido.

La EM no sigue ninguna pauta fija y algunas personas experimentan síntomas, mientras que en otras no se presentan, la actividad y la evolución son distintas en cada individuo.

Se presenta en distintas formas (en brotes o progresiva) y grados de actividad. Los tratamientos actuales van orientados a modificar el curso de la misma en cada afectado, reduciendo en lo posible su actividad y progresión. El tratamiento **FARMACOLÓGICO** se complementa con el tratamiento **REHABILITADOR**, importante tanto para mantener la calidad de vida como prevenir mayor afectación. Además el **AUTOCUIDADO** del propio afectado de EM juega un papel fundamental, siendo un factor clave a la hora de frenar la progresión.

En España afecta aproximadamente a 50.000 personas, de las cuales 5000 son residentes en la Comunidad de Madrid.

ASOCIACIÓN DE ESCLEROSIS MÚLTIPLE MADRID

Es una entidad sin ánimo de lucro compuesta por pacientes afectados por Esclerosis Múltiple. Desde 1995 velan por las necesidades de las personas afectadas, agrupando afectados y familiares en la defensa de sus derechos, sensibilizando a la opinión pública y administraciones, facilitando la atención integral a sus necesidades.

LA MISIÓN DE ADEM MADRID ES MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA DE LAS PERSONAS AFECTADAS POR ESCLEROSIS MÚLTIPLE Y PATOLOGÍAS AFINES, ASÍ COMO LAS DE SUS FAMILIAS.

Entidad declarada de utilidad pública.

Calle San Lamberto, 5 (posterior)
28017 Madrid
91 4044486
ademm@ademmadrid.com
www.ademmadrid.es



TALLER INFORMATIVO PARA PACIENTES CON DIAGNÓSTICO RECIENTE DE ESCLEROSIS MÚLTIPLE



EN COLABORACIÓN CON:



¿QUÉ ES ESTE TALLER?

Es un espacio dónde conocer mejor qué es la enfermedad y cómo abordarla, mejorando nuestro autocuidado y calidad de vida.

En este taller hablaremos de aspectos básicos de la EM que influyen en nuestra vida, como:

- Qué es la EM y su tratamiento
- Cómo afrontar los sentimientos y la incertidumbre que me produce la enfermedad.
- Qué puedo esperar de la EM y cómo puede afectar a mi vida laboral y social.
- Qué tengo que tener en cuenta a la hora de cuidarme con la EM.

El taller es grupal coincidiendo en el mismo con otras personas recién diagnosticadas de EM. Se presta en colaboración con el Centro Universitario de Pacientes Activos de la Universidad Europea de Madrid y Laboratorios Merck.

¿CUANDO Y DÓNDE SE IMPARTE?

Se desarrolla en cuatro sesiones, una por semana a lo largo de un mes de forma online.

PARA PARTICIPAR SOLO TIENES QUE
CONTACTAR CON ADEM MADRID EN:
ademm@ademmadrid.com
o en el 91 4044486

CONTENIDOS

1- EM Y SU TRATAMIENTO

Analizaremos qué es la EM, su tipología, síntomas, cómo se manifiesta un brote, qué tratamiento hay para la enfermedad. Como abordar las secuelas producidas por las lesiones. Que tratamientos complementarios pueden ayudar a mejorar la calidad de vida y todas aquellas dudas y preguntas que necesitemos resolver sobre la enfermedad.



2- NUESTRA VIDA CON EM

Como influye este diagnóstico en nosotros, qué sentimientos nos genera, cómo resolver la incertidumbre que nos plantea una enfermedad de estas características, cómo afrontar la situación a nivel personal y familiar.



3- EL AUTOCUIDADO EN EM

Qué puedo hacer para cuidarme y encontrarme mejor, qué beneficio aporta la alimentación, cuál es el ejercicio físico adecuado a mi enfermedad, manejo del estrés y la fatiga, estimulación neurológica de las áreas afectadas.



4 - EM Y EL FUTURO

Qué esperar de mi vida con la enfermedad, cómo puede afectar a mi trabajo, mi vida social, a qué recursos puedo acceder en el caso de que me encuentre en una situación que dificulte mi autonomía.

