

FUNDACIÓ
AFECTATS I AFECTADES
FIBROMIÀLGIA I SÍNDROME
FATIGA CRÒNICA



ACTIU EN SALUT

MEMÒRIA 2023





● FUNDACIÓ FF I CIÈNCIA



Curs de Formació per a Professionals sanitaris i socials

Periodicitat anual.

Format Online

Modalitat asíncrona.

Idioma Castellà

Plataforma CIBERDOLOR

Edició n. 9 (9 gener a 13 Agost 2023)

Preparació **Edició 10** (Gener 2024)

FIBRODOLOR

Formación y Actualización en DOLOR CRÓNICO. FIBROMALGIA. SÍNDROME DE FATIGA CRÓNICA / ENCEFALOMIELITIS MIALGICA



FIBRODOLOR 9

Formación y Actualización en
**DOLOR CRÓNICO. FIBROMALGIA.
SÍNDROME DE FATIGA CRÓNICA.**

INFORMACIÓN
GENERAL

INSCRIPCIONES

El curso de Formación para profesionales FIBRODOLOR llega a su 9ª edición, convirtiéndose en un objetivo de primer formato de calidad, rigurosos y con actualización anual de los miembros de la investigación científica y los sectores tecnológicos, así como su aplicación en la práctica clínica. Sus nuevas formas de desarrollo de las enfermedades por una parte, y subyacente información y conocimiento sobre aspectos legales y sociales.

A lo largo de estos años hemos contado con la confianza y el reconocimiento de Secretarías Científicas, Universidades, Administraciones públicas, Entidades docentes... que han apoyado al curso con árduas y comprometidas certificaciones.

Así mismo, en los últimos años nos hemos centrado en la **Leer más**

Ficha del curso

-  **Fecha**
Del viernes 6 agosto 2022
-  **Modalidad**
Curso Online
-  **Duración**
Leccións 25 horas
-  **Precio**
General: 100 €

Repórteres:
+ 10€ por transporte y alojamiento + 10€ por comida
+ 10€ por traslado + 10€ por alojamiento + 10€ por comida
+ 10€ por traslado + 10€ por alojamiento + 10€ por comida
por la Fundación FF (datos personal) FREE
Inscripciones desde junio hasta el 1º de mayo
-  **Acreditaciones**
Acreditación del Consejo General de Formación Profesional de las Profesiones Sanitarias + Comisión de Formación Continuada del Sistema Nacional de Salud.



En colaboración con:



FFB es el apoyo de:



FFB es el apoyo de:



FFB es el apoyo de:



FFB es el apoyo de:



Con el aval / declaración expresa Científico-Investigador de:



Video presentación



CAMPUS VIRTUAL



❏ CIBERDIVULGANDO





- Aproximación a la investigación publicada
- Difusión de artículos científicos e investigaciones comentados por expertos

CIBER DIVULGANDO



Una aproximación a la revisión crítica

CIBERDIVULGANDO

La difusión de la memoria de trabajo en la fibromialgia está asociada con los genotipos del gen de la catecol-O-metiltransferasa: un estudio potencial relacionado con eventos.



Dr. Cayetano Alegre de Miquel,
Especialista en Reumatología.
Jefe de la Unidad de FM Hospital Vall d'Hebron 2003-2013
Jefe del Servicio de Reumatología Hospital Vall Hebron 2013-2015
Jefe de Servicio de Reumatología del Hospital Universitario Dexeus de Barcelona.
Presidente Consejo Académico de la Fundación FF
Realiza un resumen y análisis de un artículo científico publicado en la prestigiosa revista científica *Journal of Clinical Medicine*



ENCUENTROS EN EL CIBER

Programa de converses i entrevistes amb persones de prestigi en diversos camps considerats d'interès.

EN FASE D'ELABORACIÓ





● FUNDACIÓ FF I SOCIETAT



FORMACIÓ: PARLEM EN FAMÍLIA

Curs de Formació per a Pacients i familiars

Periodicitat anual.

Format Online

Modalitat asíncrona.

Idioma Versió en Català i versió en Castellà

Plataforma CIBERDOLOR

Monografies

- 2a edició Fibromiàgia
- 1a edició Síndrome fatiga crònica/EM
- Preparació Monografia 2024 (Covid Persistent i Dolor i Fatiga crònics)



❑ ACTIUS DE SALUT

Programa de suport a les associacions per a posar en valor la seva tasca i obrir vies de col.laboració amb el sistema sanitari i social, unificant criteris i optimitzant els recursos que les associacions ofereixen a pacients i familiars.




Les Associacions d'Afectats de Fibromiàlgia i Síndrome de Fatiga Crònica/EM som Actius de Salut

LES ASSOCIACIONS COM A ACTIUS EN SALUT



¿QUÈ ÉS UN ACTIU EN SALUT?

Qualsevol **factor (o recurs)** que millora la capacitat de les persones, grups, comunitats, poblacions, sistemes socials i/o institucions amb la **finalitat de mantenir i conservar la salut i el benestar, així com per ajudar a reduir les desigualtats en salut** (Morgan i ziglio, 2007)

Són els recursos reconeguts per la comunitat com a **riqueses per tal de mantenir i millorar el seu benestar.**

Fer fàcils i accessibles les opcions sanes, orientades al benestar i al creixement i l'envelliment saludables.



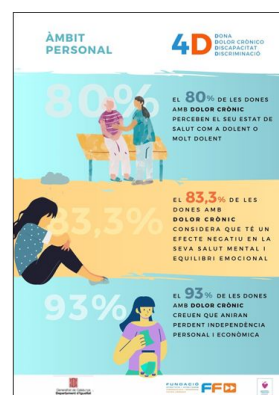
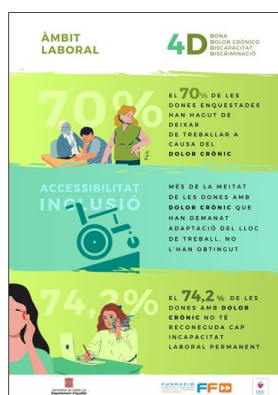
3D (DONA, DOLOR CRÒNIC, DISCAPACITAT) CAP A UN NOU PARADIGMA (2^a part)

- ★ Departament Igualtat i Feminismes Generalitat Catalunya
- ★ Execució del programa: juny 2022-juny 23



ICONOGRAFIA SOBRE RESULTATS DE L'ESTUDI "DONA I DOLOR CRÒNIC- CAP A UN NOU PARADIGMA"

Es varen realitzar una sèrie de cartells amb els principals resultats de l'Estudi per a facilitar la vehiculació de la informació i la màxima difusió.



MEDINT L'IMPACTE DEL CLIXÉ “DONA FIBROMIÀLGICA” EN L'ÀMBIT DE LA SALUT (2ª part)

- ★ Institut Català de la Dona. Generalitat Catalunya
- ★ Execució del programa: Maig 2022-juny 2023

Es va elaborar aquest estudi amb l'objectiu de posar de manifest i col·laborar en conscienciar la societat en general i els responsables polítics i de planificació i gestió sanitària, així com als professionals de l'àmbit sanitari, sobre la situació de desigualtat i discriminació en la qual es troben les dones que pateixen dolor crònic en general i Fm i SFC en particular, i que afecta de manera especialment negativa el seu dret fonamental a la salut en igualtat de condicions i consideració que qualsevol altra malaltia.



❏ REVERTINT L'IMPACTE DEL DOLOR CRÒNIC DISCAPACITANT. 2023

★ Diputació de Tarragona Any 2023

- Elaborat a partir dels resultats de l'Estudi EPIFFAC realitzat l'any 2022 per la Fundació FF sobre l'impacte personal, familiar, social i laboral del dolor crònic discapacitament, **en aquest cas circumscribit a la província de Tarragona.**



❏ GÈNERE I DOLOR: CAP A UN NOU PARADIGMA (1a part)

- ★ Departament Igualtat i Feminismes Generalitat Catalunya
- ★ Execució del programa: maig 2023-juny 24

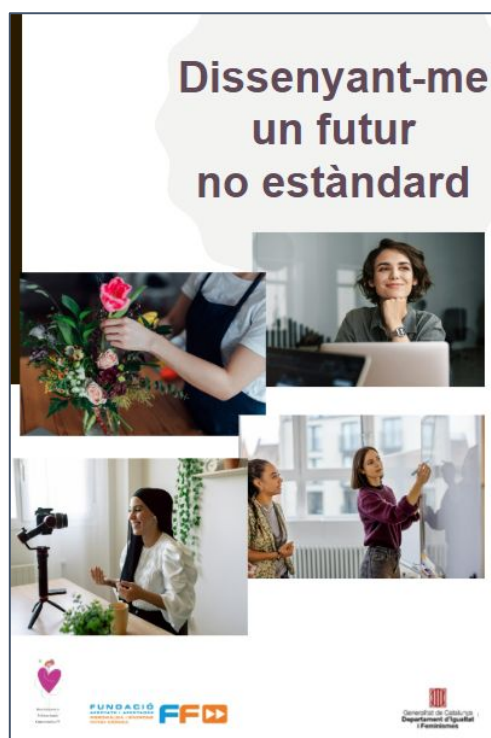
Finalitat → col·laborar en canviar valors, actituds i, fins i tot, hàbits tòxics que es donen en el si de la societat i en tots els àmbits per raó de gènere, per una banda, i per raó de patir una malaltia que afecta sobretot dones, com és el cas del dolor crònic inespecífic.

ACTIVITATS:

1) Estudi de situació. Estudi estratificat, dirigit a un perfil determinat i amb diversos apartats sobre tots els aspectes considerats rellevants per a poder establir casuístiques i problemàtiques recurrents i poder dissenyar les accions a portar a terme.

2) Campanyes

Disseny de campanyes a partir dels resultats de l'estudi i de les converses amb les conclusions extretes de l'estudi i de les entrevistes realitzades



ACCIONS I CONMEMORACIÓ DIA INTERNACIONAL FM I SFC

- MANIFEST DEL DIA MUNDIAL
 - Elaboració, distribució i difusió del XXI MANIFEST

CAMPANYES

- LA FORTALESA DE LA UNITAT
- FFPOSITIVAMENTE





POSITIVAMENTE

#FFPOSITIVAMENTE





EIXOS FONAMENTALS





❏ COMMEMORACIÓ DATES INTERNACIONALS RELACIONADES



DIA INTERNACIONAL DE LA DONA
2023



LA MATERNITAT ES UN DELS GRANS SOSTRES DE VIURE PER A LA DONA

*És un dia de maternitat, suposa una dimensió vital
per a les dones, i la nostra tasca és un treball
d'equilibri.*

1 DE CADA 3 DONES

*han estat discriminades en els
seus treballs en ser mares.*





LES DONES A LA FEINA

*El treball en 2022 s'ha convertit en
un treball de 24 hores i les dones a la feina
s'han vist afectades.*

ELS INGRESSOS DE LES DONES ES REUDEIXEN

*descendeixen un 10% el primer any
de la maternitat i un 20% del segon.*



LA CORRESPONSABILITAT ES UNA PART MOLT IMPORTANT EN LA CONCILIACIÓ

*Les dones i la conciliació no són només cosa de dones. La
implicació del pare és tan important com la de la mare.*





DIA INTERNACIONAL DE LA DONA
2023

La Fundació Afectats i Afectades de Fibromiàlgia i Síndrome de Fatiga Crònica LA COMMEMORACIÓ DEL DIA INTERNACIONAL DE LA DONA.





❏ COMMEMORACIÓ DATES INTERNACIONALS RELACIONADES

La Fundació FF també es va unir a la Commemoració del Dia Internacional de l'eliminació de la violència contra la dona, es van realitzar i penjar un parells de cartells amb dades sobre la situació de la Dona i la violència de gènere.





COL·LABORACIONS AMB ASSOCIACIONS

Per raó del conveni de col·laboració amb prop de 130 associacions de tot l'Estat, la Fundació realitza diverses accions:

- ❖ **Celebració unitària del dia mundial de la FM i SFC:**
 - Fundació FF → eixos fonamentals Manifest; elaboració, distribució i difusió del Manifest, proposta de campanyes;
 - Associacions → aportacions als eixos fonamentals Manifest; adhesió al Manifest, lectura del Manifest i adhesió a campanyes
- ❖ **Oficina tècnica** d'informació, consultes, dubtes, posicionament sobre documents i resolucions, consultes al comitè científic, organització jornades i preparació programes, suport a accions diverses...
- ❖ **Cursos de formació** presencial i online: la Fundació FF ofereix el curs Parlem en Família (amb tots els seus monogràfics) per a que les associacions puguin distribuir entre els seus associats; així mateix al curs FIBRODOLOR hi ha inscripció especial per a professionals que col·laborin amb associacions de pacients i pels quadres directius de les Federacions i associacions.
- ❖ **Programa Actius de Salut**
- ❖ **Campanyes promogudes per la Fundació FF**
- ❖ **Jornades** d'informació, col·laboració, intercanvi d'experiències...
- ❖ **Difusió** activitats via Tics



COL·LABORACIONS AMB ASSOCIACIONS



Fundació La Caixa

Publicado por Mestrat' Comenre Tarragona • 25 de julio de 2023 •



AFITEN

Asociación de Fibromialgia y Fatiga Crónica de Tenerife

Centro de Entidades y Asociaciones Arxista
C/ Henry Durant, nº 4. Aula 14. C.P.38203. San
Cristóbal de La Laguna
685 902 406- 425 188 055 - 922 211 134
gestionafiten@gmail.com www.afiten.es

CHARLA

SER RESILIENTES

CON FIBROMIALGIA



2 DE AGOSTO DE 2023

SEDE DE AFITEN

PREVIA INSCRIPCIÓN

11:00H

COLABORA:









Fundación Laff

Publicado por Mestral Ciente Tarragona - 5 de julio de 2023

III JORNADAS CONFINES PARA ESTE 2023

III JORNADA

ÚLTIMOS AVANCES EN LA INVESTIGACIÓN FIBROMIALGIA, SFC/EM, SQM Y EHS



UNIVERSIDAD DE ZARAGOZA

PRESENCIAL / ONLINE

FIBROMIALGIA

TERAPIAS NO FARMACOLÓGICAS

28 SEPTIEMBRE

UNIVERSIDAD DE ZARAGOZA



UNIVERSIDAD DE CASTILLA-LA MANCHA

SQM Y EHS

6 OCTUBRE

CONSEJERÍA DE SANIDAD DE CASTILLA-LA MANCHA

TOLEDO



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE VALENCIA

EM/SFC

BIOMARCADORES DE SUBGRUPOS*

8 NOVIEMBRE

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE VALENCIA



UNIVERSIDAD DE ZARAGOZA

ONLINE

18 Y 25 OCTUBRE

COMUNICACIONES





@alfibrom



alfibrom



alfibrom



alfibrom

AFIBROM

4 de julio de 2023

Estas jornadas están dirigidas principalmente a médicos, investigadores y profesionales de la salud, persiguiendo un doble objetivo:

- Presentar una panorámica ... Ver más



Fundación Laif
 Publicado por Mestral Cóceneta Tarragona ● 4 de julio de 2023 ●

Como cada verano...

Sesiones veraniegas de
RESPIRACIÓN
RESTAURACIÓN
RELAJACIÓN
 y alguna sorpresa más

Fecha
JULIO - martes 4, 11, 18, 25
lunes 24

Horario
 (de 13:00 a 12:30 h.
 de 18:00 a 19:30 h.)

Apartación
 Socias 20€
 Coleccionistas 35€
 Externos 45€

Inscripciones
 Indidón M&A&A o TARDÉ
 watsapp 697 972 469
 mensaje emam@laif.com



¡Anímate a practicar!

YOGA EN JULIO

Estamos en
C/ Hurtado de Amézaga 39 Izq. Bilbao

Fibromiografía este Naika Kinkorodien Síndromaren Bizikoa Elkartea
 Asociación Vascaña del Fibromiografía y Síndrome de Fatiga Crónica

Entidades colaboradoras



EMAN EKUARA



Eman Ekua
 3 de julio de 2023 ●

¡Apíntate! Yoga en julio - Elige tu opción
 Vuelve nuestro taller de yoga de verano
 Inscripción fuerte imprescindible, watsapp al tlfno. 697 978 469 o mensaje a em... Ver más



Fundació Laff

Publicado por Mestral Cocentí Tarragona · 15 de junio de 2023 ·

PILATE MES DE JULIO

Mañana

9 a 10¹⁵

Tarde

8'30 a 9'45

Interesado

615680716



CLUB DEPORTIVO MUNICIPAL DE TARRAGONA

AF CAR

CAMPIONA

2017-2018 407.475



Manoli Prieto Martínez

13 de junio de 2023 ·

No dejes que el mes de julio tu cuerpo se desacostumbre.

En AfCar tenemos TALLER DE PILATES DE VERANO.

Mes de julio.

Dos turnos.

Mañana y tarde... Ver más

FFS Fundación para el Estudio de los Fisiológicos y Farmacológicos de la Salud

Publicado por Medtrial Cofemte Tallarons 10 - 14 de junio de 2023 - 6

III JORNADA

ÚLTIMOS AVANCES EN LA INVESTIGACIÓN FIBROMIALGIA, SFC/EM, SQM Y EHS

PRESENCIAL / ONLINE

FIBROMIALGIA

TERAPIAS NO FARMACOLÓGICAS

28 SEPTIEMBRE

UNIVERSIDAD DE ZARAGOZA

ONLINE

20 Y 27 OCTUBRE

COMUNICACIONES

SQM Y EHS

6 OCTUBRE

CONSEJERÍA DE SANIDAD

CASTILLA LA MANCHA

TOLEDO

EM/SFC

BIOMARCADORES DE SUBGRUPOS*

17 OCTUBRE

UNIVERSIDAD CATÓLICA

DE VALENCIA

Afibrosal

14 de junio de 2023 - 6

III JORNADA "ÚLTIMOS AVANCES EN LA INVESTIGACIÓN DE FM, EM/SFC, SQM Y EHS"

Estas jornadas están dirigidas principalmente a médicos, investigadores y profesiona... Ver más

JORNADA DE PUERTAS ABIERTAS

VI JORNADA DE FIBROMIALGIA DE LA COMUNIDAD VALENCIANA

ENTRADA GRATUITA

DECLARADA DE INTERÉS SANITARIO, CIENTÍFICO Y SOCIAL

Viernes 1 de diciembre 2023
de 9 a 14 horas

Facultad de Filosofía - Aula Magna - Avda. Blasco Ibáñez, 30 Valencia

10:00 H

Trastornos funcionales digestivos en el paciente con fibromialgia.

DR. PAULA CALZADILLA
Médico especialista en Aparato Digestivo (Hospital Arisa)

10:45 H

Trastornos funcionales en fibromialgia y fatiga crónica.

DR. TOSCA NAVETTE
Médico Especialista en Medicina del Sueño

12:00 H

Fibromialgia y Sueño: ¿Qué sucede? ¿Qué hacer?

DR. MANUEL JOSÉ DE ENTRAMASAGUAS
Unidad del Sueño (Hospital Clínico)

12:45 H

Síndrome Fibromiálgico en la consulta del dentista.

DRA. TANA ARITTA
Odonatólogo (Clínica Tania Arista)

AVALADA POR

ORGANIZA

Instituto Valenciano de Estudios de Fibromiología

COLABORAN

- ❖ Programa de concessió d'Avals i Declaracions d'Interès Científic i Social:

La Fundació FF) va concedir la **Declaració d'Interès Científic i Social** a la “VI Jornada de Fibromialgia de la Comunidad Valenciana” organitzada per AVAFI (Asociación Valenciana de Afectados de Fibromialgia). Amb aquest aval es reconeix l'interès de la jornada ja que es tracta d'una iniciativa que pot contribuir a una major informació i formació sobre la FM, el SFC/EM i/o el Dolor Crònic, i reduir l'impacte sobre el malalt.



COMUNICACIÓ

La Fundació ha mantingut la seva estratègia comunicativa d'incrementar la presència de la marca tant en xarxes socials com a mitjans de comunicació per aconseguir un major posicionament i augmentar la visibilitat.

Aquesta estratègia es desenvolupa d'una banda amb una activitat continuada a les xarxes socials com una forma més de comunicació amb els usuaris i associacions amb les quals col·labora la Fundació FF. La Fundació té presència amb les principals xarxes socials tals com facebook, twitter, instagram i linkedin. L'ús continu de les xarxes socials ha fet que el nombre de seguidors augmentin gradualment.

Durant l'any 2023 es va dissenyar i implementar contingut en la nova pàgina web.





❏ XARXES SOCIALS





■ DIFUSIÓN FIBRODOLOR



FIBRODOLOR 9
Formación y actualización en
síndrome de fatiga crónica, fibromialgia, dolor
crónico de origen central.

FIBRODOLOR 9
**CURSO ONLINE PARA PROFESIONALES
SANITARIOS Y SOCIALES**
ENERO - JULIO 2023



**Sensibilización
Central y
enfermedades
relacionadas**



DR. JOAQUIM FERNÁNDEZ SOLÀ

FIBRODOLOR 9

INSCRÍBETE en www.laff.es o en ciberdolor.org



FIBRODOLOR 9

"El afrontamiento de estas enfermedades **no es fácil**. No tenemos tratamientos muy útiles ni fáciles. Por lo tanto hay que **diagnosticar** bien al paciente y después hacer una **aproximación integral**."

Dr. Joaquim Fernández Solà



FIBRODOLOR 9
Formación y Actualización en
FIBROMIALGIA Y SÍNDROME FATIGA CRÓNICA

PREINSCRIPCIONES ABIERTAS
DICIEMBRE 2022 - JULIO 2023

INSCRÍBETE en www.laff.es o en ciberdolor.org



CONVENIOS

ASOCIACIONES CIENTÍFICAS, ENTIDADES CIVILS, UNIVERSIDADES Y OTRAS INSTITUCIONES



UNIVERSIDADES Y GRUPOS CIENTÍFICOS INTERNACIONALES



COLABORACIONES Y CONVIVOS ESTABLECIDOS PARA PROGRAMAS CONCRETOS Y EN DIVERSOS ÁMBITOS



PREMIS i Reconeixements a la tasca de la Fundació FF

- Foro Español de pacientes
- Fòrum Català de pacients
- Premi a les 100 millors idees en l'àmbit sanitari 2008
- Accèsit Premi Farmaindústria 2009 al compromís amb la investigació