

Dirigido a personas con enfermedades reumáticas inmunomediadas

“Pensando en ti” es el nuevo programa de psicología de ConArtritis

- Este programa surge para resolverlos los problemas psicológicos que presentan las personas que tienen estas enfermedades crónicas.
- Se ayudará a comprender la enfermedad, a manejar las emociones y mejorar la adherencia a los tratamientos, entre otros puntos.
- El programa se compone de dos bloques y cada uno se ellos de seis sesiones online.

Madrid, 16 de junio de 2021.- Según los datos de la Encuesta Nacional AR2020 llevada a cabo por la Coordinadora Nacional de Artritis, ConArtritis, **el 33% de las casi 900 personas con artritis reumatoide encuestadas, indicaron que la enfermedad ha impactado bastante en sus emociones, y cerca del 8% consideran que ese impacto es grave.** Además, el 56% manifestó que su nivel de preocupación por su futuro es mayor de 8 (siendo 0 nada preocupado y 10 muy preocupado)¹. Y es que las enfermedades reumáticas inmunomediadas, como son la artritis reumatoide, artritis psoriásica, la artritis idiopática juvenil o la espondilitis anquilosante, entre otras, ocasionan una serie de problemas físicos que, a su vez, repercuten negativamente en el estado psicológico de la persona. Sentir dolor y fatiga constante, tener problemas para realizar acciones tan cotidianas como abrocharse unos cordones o cocinar, o verse en la necesidad de cambiar de profesión por no ser capaz de desempeñar sus funciones por los efectos de la enfermedad, genera una serie de sentimientos negativos difíciles de manejar.

Con la intención de ayudar a estas personas a gestionar sus emociones y que se encuentren mejor a nivel psicológico, **ConArtritis pone en marcha el programa de psicología “Pensando en ti”**. De la mano del psicólogo sanitario Francisco Pozo, este programa se desarrollará en dos bloques, compuesto por seis sesiones cada uno de ellos. Entre los temas que se abordarán se encuentran la comprensión y aceptación de la enfermedad, la mejora de la adherencia al tratamiento y de la gestión de la salud, el manejo de las emociones, la promoción de un adecuado afrontamiento, y el mantenimiento de la vida social, familiar y de pareja, entre otros.

A lo largo de junio (comienza hoy, 16 de junio) y julio se va a impartir la primera edición y se espera realizar una segunda en los meses de otoño de este mismo año. Las sesiones se impartirán a dos grupos, en horario de mañana y tarde, de forma virtual a través de la plataforma ZOOM. A los participantes se les pedirá que realicen una serie de ejercicios que podrán compartir en redes sociales con el hashtag #PensandoEnTiAR. Además, ConArtritis, también publicará en sus perfiles de redes sociales mensajes de apoyo y ayuda como complemento al programa.

“El impacto negativo que genera el ser diagnosticada/o de una enfermedad crónica, que puede llegar a ser incapacitante y discapacitante, es muy alto. Aunque actualmente los tratamientos nos ayudan a controlar los síntomas, el tener que tomarlos, en la mayoría de ocasiones, de por

Síguenos en:



vida, el sentir un dolor constante o no poder abrir una simple botella de agua, hace que en muchas ocasiones nos derrumbemos y no sepamos afrontar la nueva realidad que nos ha tocado vivir”, indica Carmen Fondo, presidenta de ConArtritis, a lo que añade “por ello pensamos que era fundamental poner en marcha un programa de psicología completo, con el que vamos a ayudar a muchas personas a que afronten la enfermedad con otra actitud”. Carmen también apunta la importancia de la labor de las asociaciones de pacientes ofreciendo servicios de gran ayuda para la población, “Desde ConArtritis siempre reclamamos que **el tratamiento de estas patologías debe ser integral, y que entre las atenciones que debemos recibir tiene que estar la psicológica**, pero también somos conscientes que hoy por hoy es complicado que esto lo asuma el Sistema de Salud, por lo que, una vez más, desde las asociaciones de pacientes brindamos nuestra ayuda y ofrecemos un servicio que fomenta la mejora de la calidad de vida de las personas”.

“Pensando en ti” se lleva a cabo con la colaboración de las empresas farmacéuticas AbbVie, Galapagos, Janssen y Pfizer.

Acerca de ConArtritis

La Coordinadora Nacional de Artritis, **ConArtritis**, es una asociación sin ánimo de lucro que engloba a 15 asociaciones de personas con artritis de toda España y dispone de 14 delegaciones. Tiene como misión integrar y representar a dichas asociaciones ante las administraciones y los gestores sanitarios a fin 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 los pacientes. **ConArtritis** proporciona a las asociaciones de personas con artritis que engloba, su experiencia y asesoría, así como información de relevancia sobre la enfermedad y los últimos avances médicos y científicos para su tratamiento. De manera continuada, **ConArtritis** promueve el conocimiento de la artritis y sus consecuencias entre la sociedad en general. www.conartritis.org

Referencias:

1. Encuesta Nacional AR 2020, realizada por la Coordinadora Nacional de Artritis (ConArtritis). http://www.conartritis.org/wp-content/uploads/2021/01/20200819_DOSIER-ENCUESTA_compressed.pdf

Más información y entrevistas:

Departamento de comunicación ConArtritis.

Marina García

Tel: 91 535 21 41 / 640 10 69 40

Mail: prensa@conartritis.org

Síguenos en:

