

Asociación de Esclerosis Múltiple de Navarra  
Nafarroako Esklerosi Anizkoitzaren Elkartea

Asociación subvencionada por:



# MEMORIA 2010

## 2010eko MEMORIA

# PRESENTACIÓN

## Aurkezpena

Lo que ponemos en tus manos no es sino la plasmación de un intenso 2010. Un año de logros, errores, aprendizajes, mejora y, sobre todo, ilusiones y esperanza.

ADEMNA ha crecido, lo lleva haciendo desde el mismo día de su fundación hace ya 15 años. Su avance lo es en la medida en que las personas que conformamos la asociación nos implicamos en ella. Trabajamos día a día para lograr ese espacio común en el que podamos compartir experiencias, vivencias e inquietudes. Un espacio en el que nos sintamos cuidadas y donde trabajemos nuestras potencialidades; porque tenemos muchas, algunas por descubrir y otras, bastantes por desarrollar.

ADEMNA es el lugar de confluencia de todas las personas diagnosticadas de esclerosis múltiple y otras enfermedades neurodegenerativas en Navarra. Confluimos personas con ganas de vivir y de luchar. Queremos ser felices y vivir la enfermedad desde el optimismo y el compromiso.

Somos muchas las personas que hemos descubierto que la asociación nos sirve y nos ayuda a situarnos ante la enfermedad con otra actitud. Una asociación viva que no es sino la expresión de la voluntad de quienes la formamos.

2010 ha sido un año intenso y con toda seguridad esta memoria no será capaz de transmitir las horas de trabajo, sentimientos, alegrías, frustraciones, decepciones, descubrimientos o esperanzas. Sin embargo, es una buena aproximación a ello y con esa intención os la hacemos llegar.

ADEMNA cree en la vida y en la capacidad de las personas y ha adquirido un compromiso con nuestra sociedad. Mejorar la calidad de vida de aquellas personas que nos necesitan en Navarra. Llevamos 15 años haciéndolo y deseamos seguir en ese camino muchos más.

### **“15 años de superación”**

Ése es el resumen que marcará el trabajo que la asociación va a desarrollar a lo largo de 2011.

Blanca Ester Villanueva Duránte

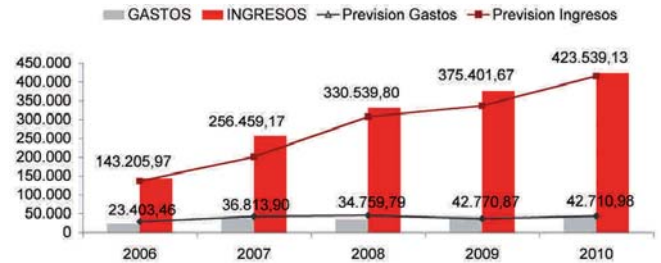
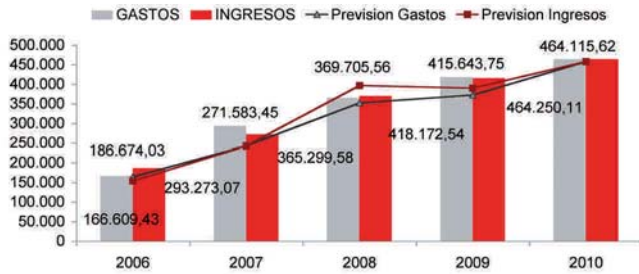


# BALANCE ECONÓMICO DE INGRESOS Y GASTOS 2010

## 2010eko dirusarreren eta gastuen balantze ekonomikoa

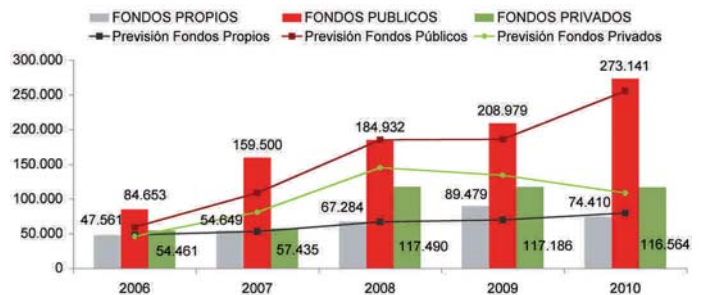
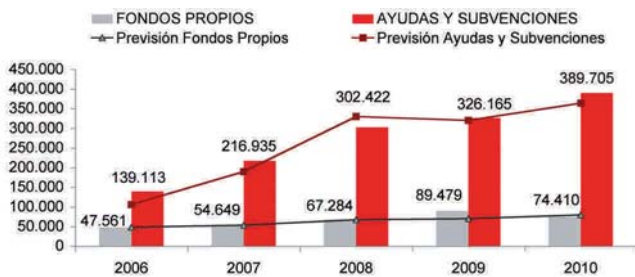
### 1. COMPARATIVA GASTOS INGRESOS

### 2. RELACIÓN GASTOS PREVISIÓN



### 3. RELACIÓN INGRESOS PREVISIÓN

### 4. RELACIÓN INGRESOS PREVISIÓN



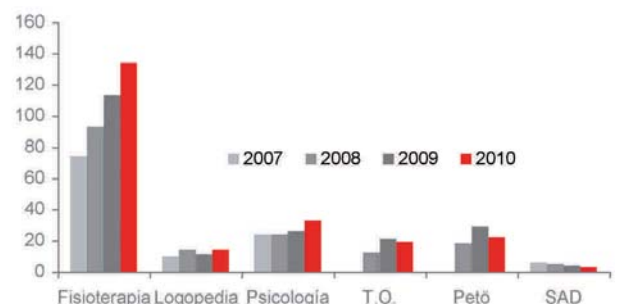
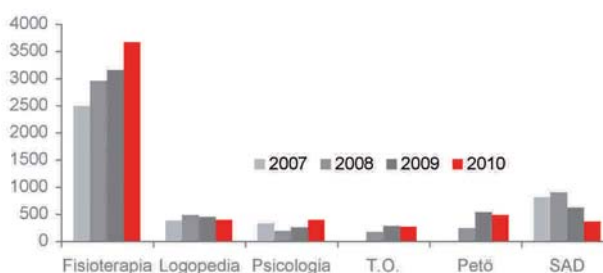
## DATOS DE SERVICIOS:

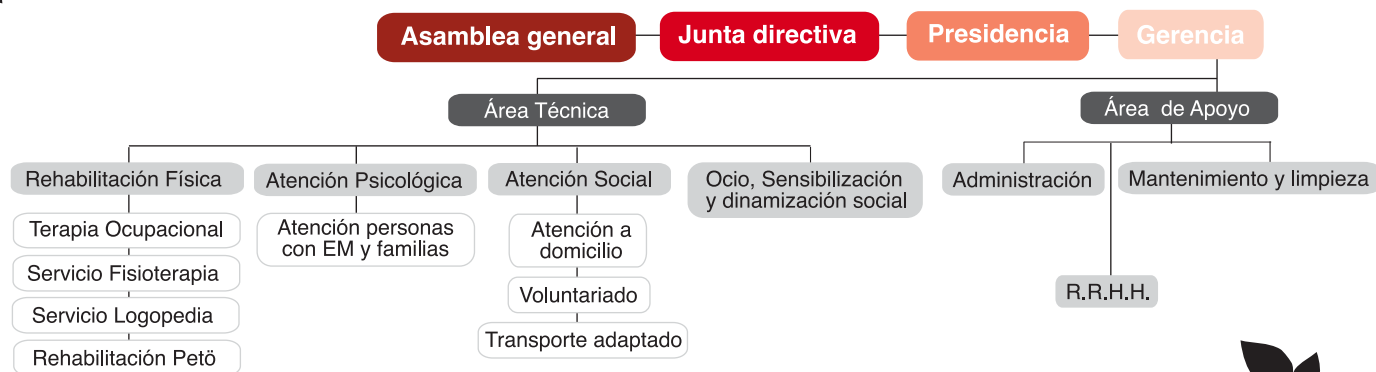
### 1. NÚMERO DE SESIONES


### 2. PERSONAS USUARIAS

	2007	2008	2009	2010
Fisioterapia	2483	2950	3151	3664
Logopedia	378	480	442	387
Psicología	328	183	250	389
Terapia Ocupacional	0	169	277	260
Petó	0	238	533	482
Servicio de Atención a Domicilio	805	892	614	358

	2007	2008	2009	2010
Fisioterapia	74	93	113	134
Logopedia	10	14	11	14
Psicología	24	24	26	33
Terapia Ocupacional	0	12	21	19
Petó	0	18	29	22
Servicio de Atención a Domicilio	6	5	4	3





Actividades financiadas por:  Gobierno de Navarra

## ACTIVIDADES REALIZADAS Egindako ekitaldiak

### Servicio de Fisioterapia/ Fisioterapia Zerbitzua

- Incorporación de **dos nuevos profesionales al servicio de fisioterapia** de ADEMNA. Una experta en osteopatía y otra en Fisioterapia Neurológica.
- **Desarrollo de los métodos y técnicas** utilizadas por los profesionales: osteopatía craneal, estructural y visceral, TMO (Terapia manual osteoarticular), punción seca, EPI (Electrolisis percutánea intratisular), monitora de natación...
- **Suscripciones** a revistas, boletines y otras publicaciones relacionadas con la EM e investigaciones en la misma línea.
- Se han añadido a la cartera de servicios **dos nuevos cursos grupales**: Estiramientos y fortalecimiento muscular y Relajación. Se ha aumentado la afluencia a los grupos ya existentes como Pilates e Hidroterapia.
- Se ha establecido una **reunión interprofesional de fisioterapia semanal**.

### Servicio de Atención Logopédica/ Arreta Logopedikoaren Zerbitzua

- **Rehabilitación** respiratoria, en sesiones individuales, realizando actividades en diferentes posiciones (tumbada, sentada y de pie). Los objetivos son dos: aumentar la capacidad respiratoria y mejorar la coordinación fonorrespiratoria.
- Incidimos más en este aspecto con el **curso específico de respiración**, en el que profundizamos en técnicas y modos respiratorios que nos permitan mejorar el aprovechamiento pulmonar.
- **Trabajo de articulación del habla**, con el fin de lograr un habla clara e inteligible. Las grabaciones de audio nos permiten realizar comparativas con muestras anteriores.
- **Reeducación del ritmo de habla**, encaminada a disminuir los bloqueos y las repeticiones hasta llegar a un discurso fluido.
- **Sugerencias** sobre cómo solventar las dificultades de deglución con alimentos de diferentes texturas, utilizando espesantes.
- **Asesoramiento** a personas afectadas y profesionales de ADEMNA sobre las dudas logopédicas relacionadas con la enfermedad.

### Servicio de Terapia Ocupacional/ Terapia Okupazionalako Zerbitzua

- Sesiones de **trabajo manipulativo y cognitivo** a nivel grupal e individual.
- Sesiones de **trabajo para la promoción de la autonomía** en el desempeño ocupacional.
- **Asesoramiento y apoyo** en la adquisición de ayudas técnicas.
- Sesiones de **hipoterapia y actividad física** moderada.
- Colaboración con la Universidad de Salamanca para acoger **alumnado en prácticas de TO**.
- Atención individual y grupal en el **Programa “En Positivo se puede”** y Centro de Día.
- Programa semanal de **actividades de verano dirigidas** a fomentar el ocio y el tiempo libre.



### Servicio de Atención Psicológica/ Arreta Psikologikoaren Zerbitzua

- **Atención individual y grupal** a personas afectadas y a sus familiares.
- Atención a personas con otras enfermedades neurodegenerativas.
- Mediante **atención individual, de pareja y grupal** se atienden las demandas de las personas asociadas.
- En el grupo de jóvenes se atiende a las necesidades específicas generadas en este colectivo, creando un **espacio para compartir experiencias**.
- A través del Taller de Memoria se **previene y tratan los déficits cognitivos**.
- Se han establecido **relaciones con otras entidades y profesionales** para compartir conocimientos y buenas prácticas.



### Servicio de Atención Social/ Gizarte Arretako Zerbitzua

- **Atención integral** a las necesidades y demandas sociales de las personas con EM.
- Orientación social desde un enfoque de **promoción de la autonomía y de las capacidades personales**.
- Gestión del **Programa de Acogida y Orientación** con la intervención de todos los servicios.
- Elaboración de los proyectos de intervención y memorias técnicas con el objetivo de **buscar financiación**.
- **Gestión del Transporte Adaptado y Coordinación del Voluntariado**.
- Intervención grupal, individual y comunitaria en el Programa “**En Positivo se puede**” y Centro de Día.



### Servicio de Neurorehabilitación basado en el Método Petö/

Petö metodoan oinarritutako Neuroerrehabilitazio Zerbitzua

- **Tratamiento integral y global de los síntomas de la EM:** estimulación de los aspectos físicos, cognitivos, funcionales y conductuales.
- **Rehabilitación** llevada a cabo principalmente en **sesiones grupales:** se combina el trabajo en grupo con una **atención individualizada**.
- Elaboración y puesta en marcha de programas de **ejercicios adecuados** a las características del grupo.
- **Establecimiento de objetivos concretos para cada persona** usuaria.



### Servicio de Coordinación, Sensibilización y Dinamización Social/

Gizartea Koordinatu, Sentsibilizatu eta Dinamizatzeko Zerbitzua

- Sensibilización acerca de la enfermedad de esclerosis múltiple al conjunto de la sociedad y a las instituciones públicas.
- Dinamización social orientada a la mejora de la calidad de vida, a la consecución de un mayor nivel de bienestar, así como la incentivación de la participación ciudadana de manera que contribuya a la promoción social del colectivo de personas afectadas.
- Actualización permanente de la web ([www.ademna.es](http://www.ademna.es)) haciéndola más dinámica y accesible, convirtiéndola en el espacio virtual de referencia. Puesta en marcha de la newsletter ADEMNA News ([www.ademnanews.com](http://www.ademnanews.com)).
- Conmemoración del Día Mundial de la EM. Nos unimos al movimiento global contra la EM.
- Emisión del Documental “EM Una Visión Positiva” en las televisiones locales.
- Se han desarrollado los siguientes cursos y actividades:
  - Taller de Control Corporal.
  - Curso de Pilates adaptado.
  - Curso de Informática.
  - Taller de Memoria.
  - Estiramientos y fortalecimiento muscular.
  - Taller de Relajación.
  - Actividad física en gimnasio.
  - Hipoterapia.
  - Excursión en primavera Sidrería Odériz.
  - Visita a la Bodega Señorío de Arínzano.
  - Participación en sesiones de cine adaptado.
  - Programa de verano con actividades de ocio y convivencia.



Centro concertado con:



# 2010 UN TIEMPO DE CONSOLIDACIÓN

## Finkatzeko garaia

1. Puesta en marcha del Centro de Día para personas con discapacidad por enfermedades neurodegenerativas. Después de cuatro años de experiencia de trabajo con el proyecto “En Positivo se puede” en octubre se firmó un concierto de plazas con la Agencia Navarra para la Dependencia lo que ha supuesto la consolidación de uno de los programas más ambiciosos de la entidad.
2. La Asociación se ha dotado de nuevas herramientas de comunicación que están logrando hacer llegar nuestro mensaje a muchas más personas. El envío de la Newsletter ADEMNA News ([www.ademnanews.com](http://www.ademnanews.com)) nos permite poner las informaciones más importantes en manos de las personas asociadas, instituciones y personas colaboradoras en tiempo récord. El acceso a las Redes Sociales más importantes ha supuesto un avance y actualización de nuestro modo de hacernos presentes en la sociedad. En 2010 se pone en marcha Facebook y Twitter. La página web [www.ademna.es](http://www.ademna.es) ha tenido más de 9.000 visitas.
3. La entidad en su apuesta por la excelencia ha obtenido el sello de Excelencia Europea 400+ por su Sistema de Gestión, otorgado por TÜV Internacional Grupo TÜV Rheinland, S.L., por concesión del Club Excelencia en Gestión. El reconocimiento supone un hito importante en la historia de la asociación; nos convierte en la primera entidad de nuestro ámbito en lograrlo y una referencia para el sector.
4. ADEMNA ha desarrollado un Diagnóstico en RSE según la Metodología InnovaRSE, financiado por las Ayudas para el fomento de la Responsabilidad Social Empresarial. Se trata de un esfuerzo voluntario por implicarnos en la mejora de las condiciones sociales, económicas y medio ambientales de nuestra entidad y con nuestro entorno.
5. El incremento de personas jóvenes diagnosticadas que se acercaban a la asociación nos llevó a crear un grupo de trabajo con ellas con el objetivo de intercambiar experiencias y vivencias.
6. A través de COCEMFE y la colaboración de AMIMET de Tudela hemos logrado desarrollar el servicio de transporte adaptado. Ello ha supuesto una importante mejora y la posibilidad de acceso a los servicios de personas a las que les resultaba imposible desplazarse hasta nuestro centro.





7. Al finalizar el año, ADEMNA renueva casi totalmente su Junta Directiva, incorporándose a la misma un numeroso grupo de personas asociadas. Se crean cuatro grupos de trabajo mejorando a su vez los canales de información verticales y horizontales.
8. Se refuerza el equipo de profesionales con la contratación de una nueva fisioterapeuta y una cuidadora.
9. El escritor navarro Juan Iribas publica su primer libro "Antes de que huela a café" donando todos los beneficios a la Asociación en un gesto solidario que le honra a todos los niveles.
10. ADEMNA celebra por primera vez el Día Mundial de la Esclerosis Múltiple, el último miércoles de mayo, uniéndose de esa manera al movimiento global contra esta enfermedad.
11. El año 2010 ha marcado el inicio de una nueva línea de intervención en cooperación al desarrollo. Se realiza una aportación solidaria a un proyecto en Oruro (Bolivia) de trabajo con personas con discapacidad, a través de la Asociación AMICA de Cantabria. El equipo de profesionales dona el valor del aguinaldo navideño al proyecto.
12. Se fortalece el convenio de intercambio de conocimiento y experiencia con la Asociación AMICA. Se participa en un seminario sobre autonomía y en otro sobre gestión, en el que trabajamos con COGAMI de Galicia. Profesionales de AMICA nos visitan para conocer nuestro trabajo.
13. Se firman convenios con la Universidad de Salamanca para la realización de prácticas de Terapia Ocupacional y con la Universidad de Navarra, Facultad de Ciencias Económicas y Empresariales, para la realización de prácticas de alumnado del Máster en Dirección de Procesos de Negocio.

## CENTRO DE DÍA ADEMNA PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD POR ENFERMEDADES NEURODEGENERATIVAS

Eritasun neurodegeneratiboengatik ezgaitasuna dutenentzako ADEMNA eguneko zentroa

En 2010 hemos puesto en marcha un nuevo recurso especializado para personas con discapacidad por enfermedades neurodegenerativas. Se trata del primero en Navarra que atiende a este colectivo y ha sido creado para satisfacer la demanda de personas con discapacidad asociada a enfermedades neurodegenerativas.

El recurso está concertado con el Gobierno de Navarra y tiene por objeto la gestión del servicio de atención especializada a personas afectadas por enfermedades neurodegenerativas. Su objetivo general es satisfacer las demandas y necesidades de las personas en situación de dependencia por enfermedades neurodegenerativas, proporcionando una atención globalizada e individualizada, manteniendo a la persona en su entorno familiar evitando internamientos no deseados y facilitando el acercamiento de los recursos a su contexto de convivencia.



Está dirigido a menores de 65 años, grave o severamente afectadas por enfermedades neurodegenerativas, que precisan durante el día atención a las necesidades personales básicas, terapéuticas, de rehabilitación y socioculturales, facilitando la permanencia en el entorno habitual y apoyando a las personas cuidadoras.

### ENTIDADES COLABORADORAS Entitate laguntzaileak



Ayuntamiento de Ansoain  
Antsoaingo Udala



Ayuntamiento de Noáin



Ayuntamiento de Berain



Ayuntamiento de la Cendea de Galar



Ayuntamiento de Cortes



Ayuntamiento de Berriplano  
Berriboitiko Udala



Ayuntamiento de Berriozar



Ayuntamiento de Mendavia



Ayuntamiento de Lakunza



Centro concertado con