Asociación de
Fibromialgia y **SFC**
de la C. de Madrid

Memoria Actividades 2022

Afinsyfacro

Sede: C/ Azorín 3 28935 Móstoles
Delegación: C/ Timanfaya 15-23 28924 Alcorcón
Teléfono.: 916134790 / 916427754
663746626

AFINSYFACRO

Carta a la familia de Afinsyfacro



Nuestro Reto "Aliviar el impacto que la enfermedad provoca en los pacientes y lograr en lo posible su recuperación funcional física, psicológica y cognitiva"

En el año 2022 y con el ánimo de dar una respuesta integrada sanitaria y social, AFINSYFACRO ha continuado trabajando, para atender las necesidades sentidas y no cubiertas de los pacientes de Fibromialgia y Síndrome Fatiga Crónica, que se enfrentan a una serie de necesidades, experiencias y expectativas, como son el manejo del dolor, la fatiga, la alteración del ánimo, entre otros.

Por ello, siendo conscientes de la necesidad de seguir trabajando en tareas sociales y de salud básica, se ha apostado por potenciar la actividad de formación de pacientes en el manejo de la enfermedad, incorporando al programa tradicional de Psicoeducación dos nuevos ciclos de formación en el Área de Neuropsicología.

Además tal y como la evidencia científica propone para tratar la Fibromialgia y Síndrome de Fatiga crónica, se ha brindado tratamiento no farmacológico, (Fisioterapia y Ejercicio Terapeútico Rehabilitador) cuyo objetivo terapéutico no solo es la disminución del dolor, sino la mejora de la capacidad funcional y la calidad de vida de las personas que sufren estas enfermedades.

Los resultados del proyecto muestran que aquellos pacientes que han participado en la intervención terapéutica multicomponente, perciben que su salud ha mejorado significativamente, teniendo un mejor manejo de la enfermedad, y por ende se ha reducido considerablemente el impacto que la enfermedad tiene sobre su calidad de vida.

Para llevar a cabo toda la actividad de la entidad, se cuenta con profesionales sanitarios expertos en Fibromialgia y Síndrome de Fatiga Crónica, que trabajan con criterios, objetivos y protocolos compartidos persiguiendo con ello la prevención, autocuidado y rehabilitación de los pacientes.

Otra vertiente de trabajo en AFINSYFACRO, es la Sensibilización y Difusión de estas enfermedades, dado que más allá del conocimiento sobre la etiología, diagnóstico y tratamiento, se hace relevante dar a conocer el claro impacto en la DÍA MUNDIAL que se celebra el 12 de Mayo, se estrenó el documental "Luces y sombras en Fibromialgia "relato fiel de la realidad del día a día de una persona con Fibromialgia, contado en primera persona con testimonios de pacientes y refrendado por profesionales sanitarios expertos. Mención especial para el director del documental Raúl Villa , quien de forma altruista realizó la película para dar visibilidad a la enfermedad y a la labor de nuestra entidad.

Para finalizar subrayar también el papel de la entidad en la orientación y acompañamiento a los afectados en aquellos procesos de reclamación de derechos vinculados a la pérdida de funcionalidad inherente a la Fibromialgia, tales como el reconocimiento del grado de discapacidad e incapacidad laboral.

Agradecimientos a las entidades colaboradoras, Ayuntamientos de Móstoles y Alcorcón , Comunidad de Madrid, y Caixa, que han hecho posible que junto con los recursos propios de la entidad se pueda llevar a cabo toda la actividad de la entidad.

Presidenta de Afinsyfacro
Mª Helena García

AFINSYFACRO

Asociados AFINSYFACRO

SOCIOS ENTIDAD
758 TOTAL

SOCIOS NUEVA
Incorporación 2022

174

679 Mujeres

21 Hombres

SOCIOS AFECTADOS
700 TOTAL

ASOCIADOS familiares no afectados

58 Personas

AFINSYFACRO

Atención Multidisciplinar de pacientes con Fibromialgia y SFC

01

Servicio de orientación e información

02

Servicio de Rehabilitación Médico Funcional

03

Programa ejercicio físico adaptado

04

Servicio de Atención psicológica

05

Proyectos de Investigación

AFINSYFACRO

Servicio de orientación e información EQUIPO SIO

Servicio realizado por equipo multidisciplinar: trabajadora social, psicología y personal de apoyo en la comunicación y coordinación de los diferentes programas de rehabilitación, de proyectos de investigación, sensibilización, jornadas de formación.

Se deriva al paciente en función del estado que presente según la atención individualizada que se le presta , ayudando a los afectados a enfrentarse a la enfermedad de una manera más humana, dado que se les informa, acompaña y orienta sobre todo lo relacionado con la enfermedad (su origen, causas, tratamientos, avance en la investigación...)

Labor asistencial, para la detección, evaluación y tratamiento de las necesidades de los afectados.

Labor preventiva, mediante la prevención de futuros riesgos sociales tales como la exclusión a causa de una enfermedad crónica, marginación así como la depresión, que se lleva a cabo con la coordinación indispensable del Servicio de Psicología.

Labor educacional, para enseñar a los pacientes a tomar decisiones y asumir responsabilidades.

Labor de coordinación, entre los diferentes Programas de Rehabilitación (Fisioterapia, Psicoterapia, Atención Neurocognitiva, de Ejercicio Moderado, de Escuela de Familia) derivando al paciente al servicio correspondiente, en función del estado que presente según atención individualizada.

ATENCIÓN PRESENCIAL

322 personas

ATENCIÓN TELEFÓNICA,

490 personas

CONSULTA ONLINE

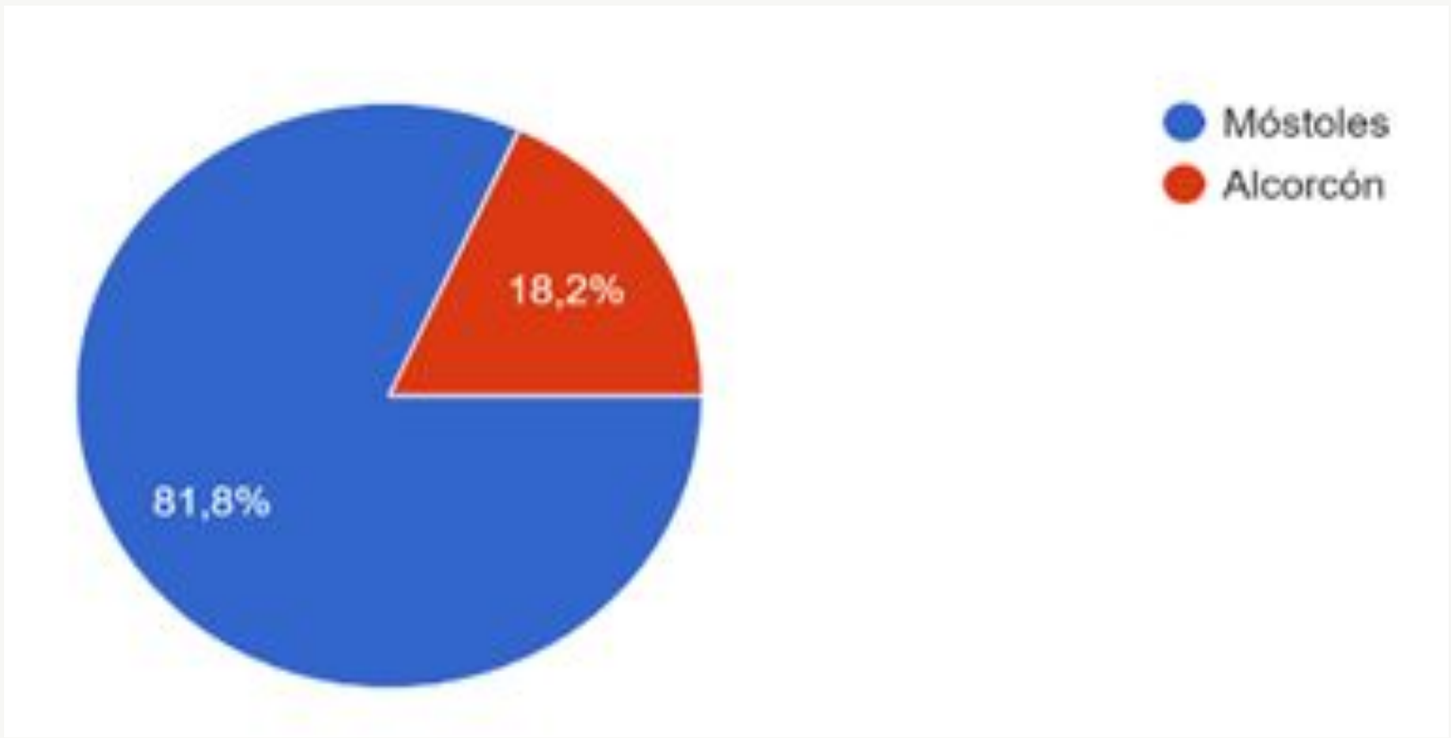
+758 personas

Servicio de Información y Orientación
AFINSYFACRO

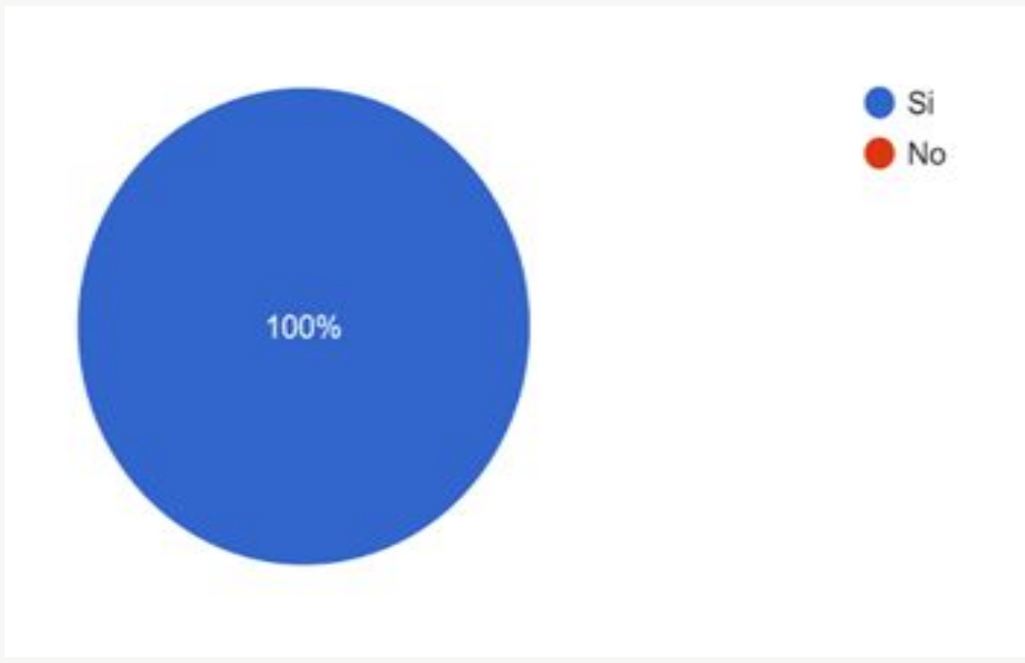
Servicio de orientación e información EQUIPO SIO

RESULTADO ENCUESTA VALORACIÓN DE ATENCIÓN EN PRIMERA CITA SIO

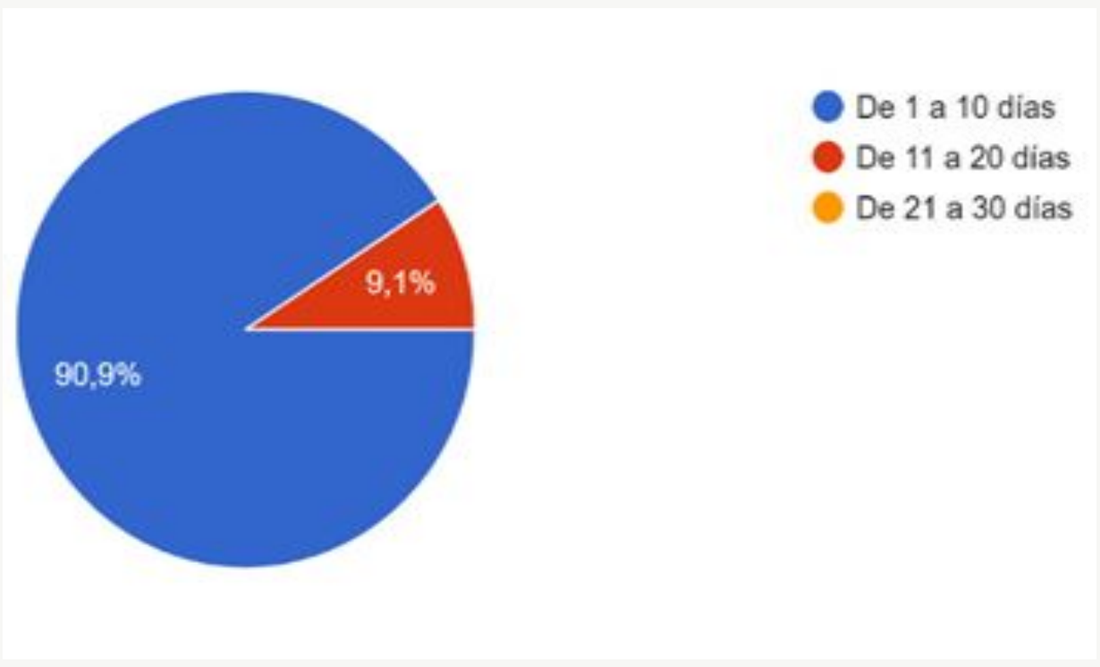
Indique el centro al que acudió en su primera cita



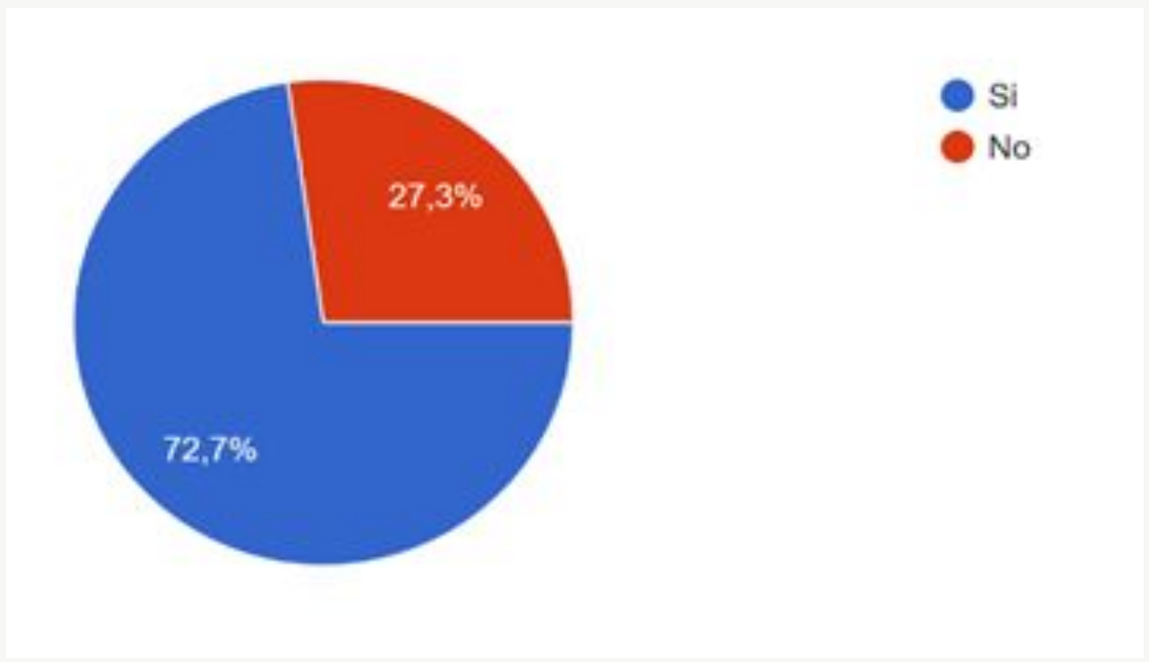
¿Le fue fácil acceder a la entidad para concertar cita?



El tiempo de espera para acudir a su primera cita fue:



¿Aprendió datos nuevos sobre la enfermedad que desconocía?

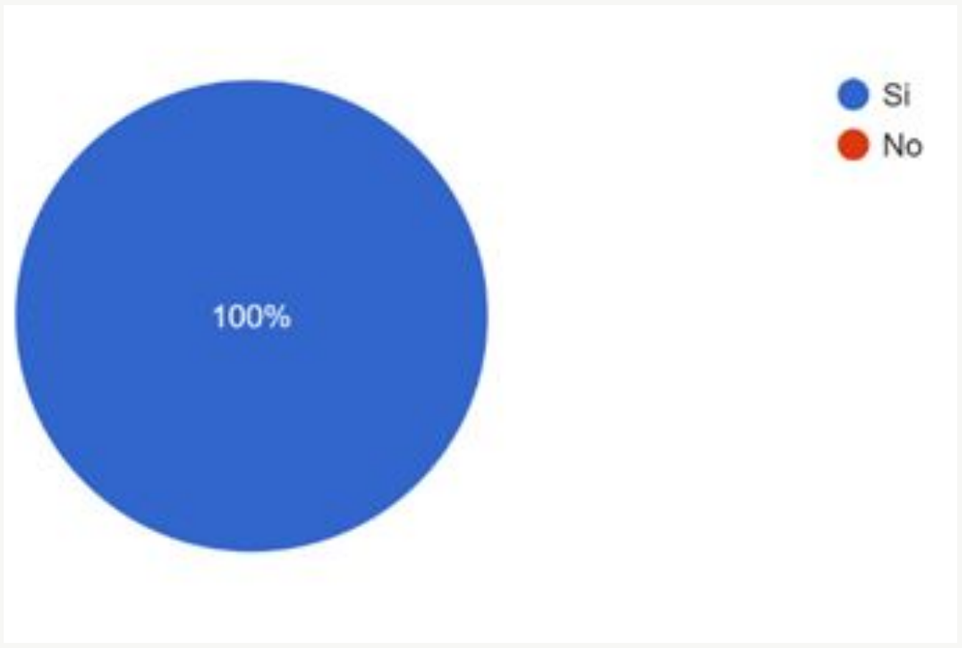


AFINSYFACRO

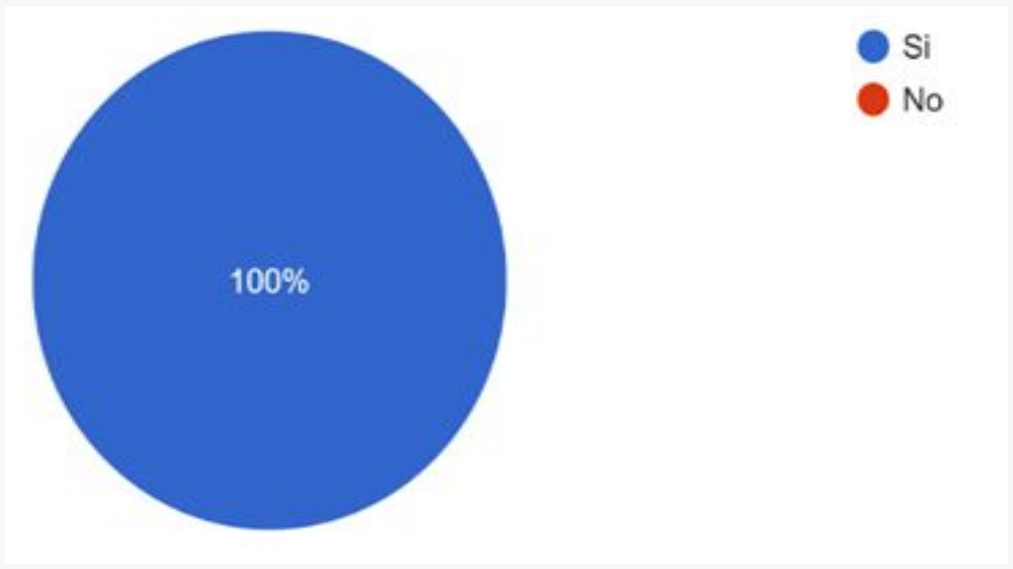
Servicio de orientación e información EQUIPO SIO

RESULTADO ENCUESTA VALORACIÓN DE ATENCIÓN EN PRIMERA CITA SIO

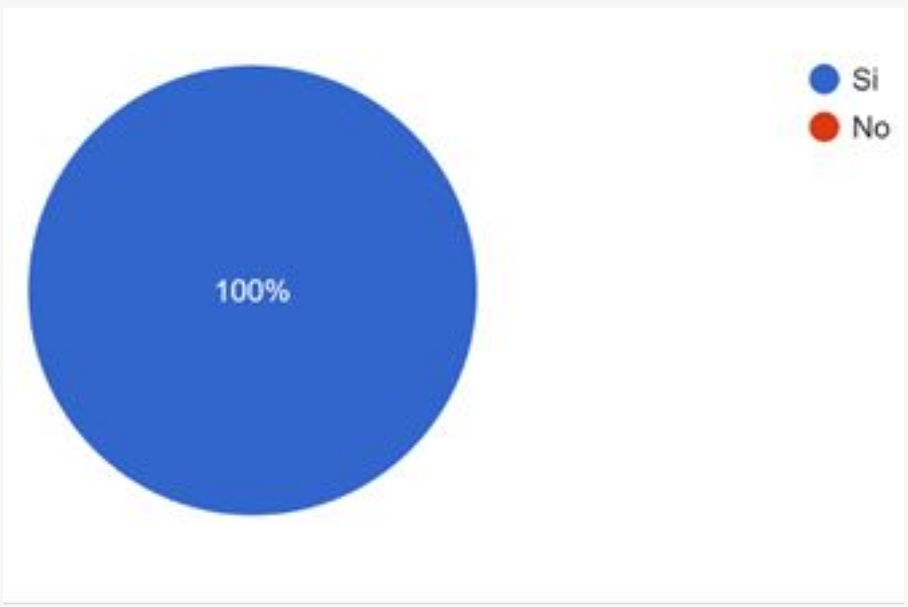
¿Le sirvió para conocer la entidad y su funcionamiento?



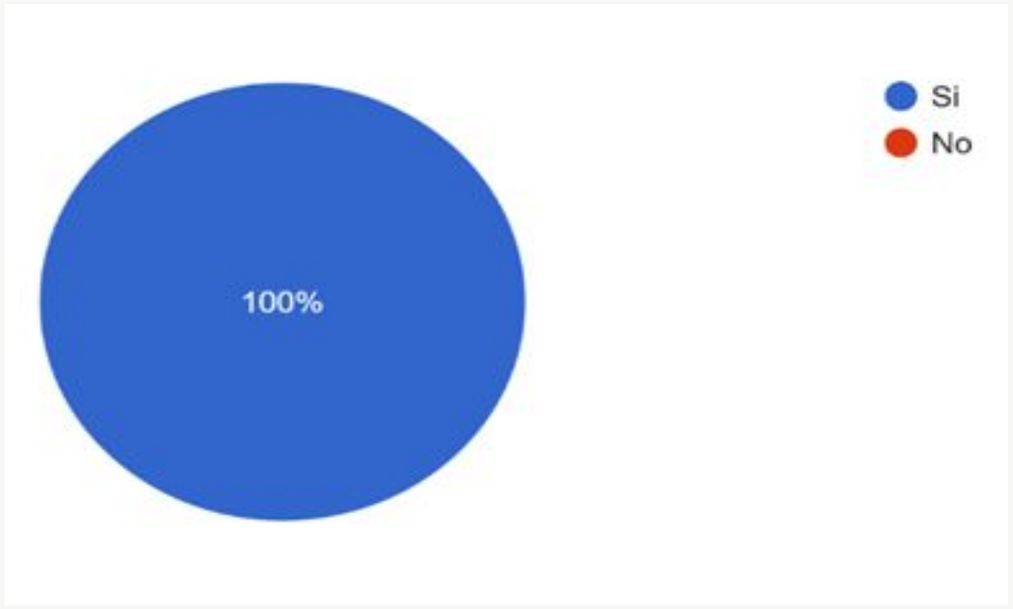
¿Considera que el tiempo de dedicación en la primera cita por el profesional fue el adecuado?



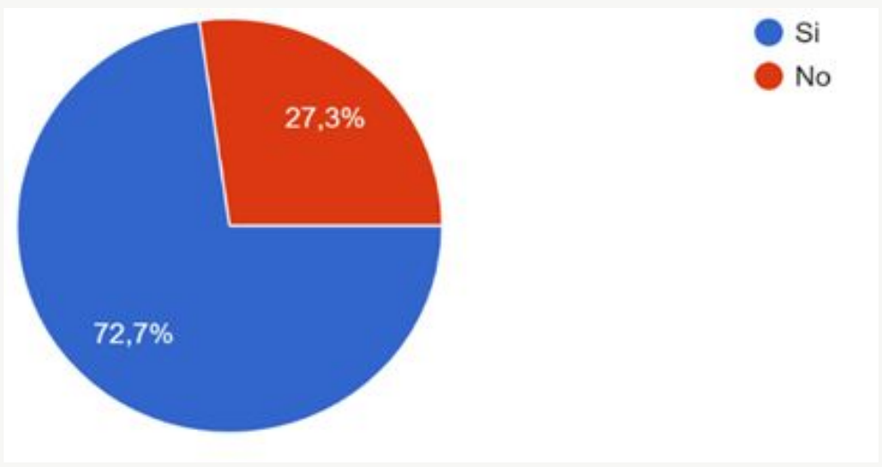
¿Considera que recibió la atención adecuada, con la empatía y sensibilidad que se precisa ?



¿La primera cita respondió sus dudas sobre la enfermedad, tratamientos e información general asociada a la patología?



¿La propuesta de tratamiento rehabilitador recomendada y realizada está respondiendo a las expectativas de recuperación?



AFINSYFACRO

Servicio de orientación e información EQUIPO SIO

PROGRAMA PARA EL AUTOSEGUIMIENTO DEL MANTENIMIENTO FÍSICO, PSICOLÓGICO Y COGNITIVO

La herramienta de control de síntomas es un cuestionario de autoinforme que recoge medidas, tanto de variables sintomatológicas (dolor, fatiga, problemas de concentración o memoria, ansiedad, tristeza, sueño y salud percibida), como de diferente actividad realizada (actividad grupal o individual psicológica, tipo de actividad grupal psicológica, ejercicio terapéutico, relajación y estimulación cognitiva).

Se registraron un total de **1123 respuestas** durante el año por parte de los pacientes del centro.

Como conclusión, podemos destacar que, de forma aislada, todos los tratamientos tienen limitaciones. Pero, cuando el paciente se implica en el tratamiento multidisciplinar, es decir, en la propuesta de tratamiento que oferta la entidad, la mejora es a todos los niveles. El dato más característico es que en todos los tratamientos hay una percepción de mejora de la calidad de vida o de la salud percibida por parte de los pacientes. Este es el máximo objetivo de la entidad, la mejora de la calidad de vida de las personas con fibromialgia y fatiga crónica.

Mantenimiento y actualización página Web: Mejora de contenidos e información

GUÍAS Afinsyfacro



Servicio de Información y Orientación
AFINSYFACRO

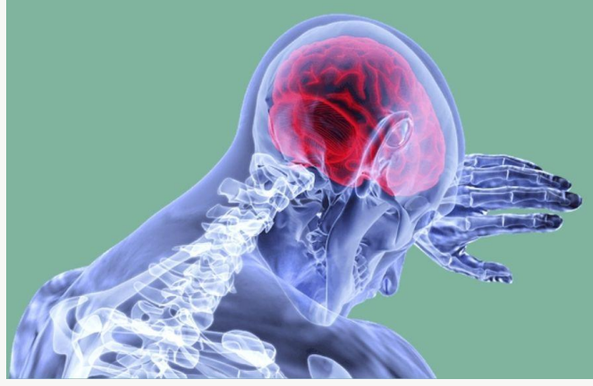
Afinsyfacro



Afinsyfacro



Afinsyfacro



Accede a las guías , posicionate en cada una de las imágenes.

Investigación Afinsyfacro

Servicio de Información y Orientación
AFINSYFACRO

Desde el SIO se coordina la participación de los afectados en diferentes proyectos de investigación de diferentes universidades, sobre fibromialgia y síndrome de fatiga crónica en el año 2022 se ha participado en los siguientes:

Universidad Rey Juan Carlos

"MINDFULNESS PARA LA MEJORA DE LAS CAPACIDADES ATENCIONALES EN FIBROMIALGIA"

Universidad Camilo José Cela

"ANÁLISIS DE LA RELACIÓN ENTRE LA FIBROMIALGIA Y EL SÍNDROME DE SENSIBILIZACIÓN CENTRAL Y LA EFECTIVIDAD DE LA DIATERMIA EN LA DISMINUCIÓN DEL DOLOR"

Universidad Europea

" ¿TERAPIA MIOFASCIAL Y/O TERAPIA MANUAL EN EL TRATAMIENTO DE PACIENTES CON FIBROMIALGIA?"

XI JORNADA DE SENSIBILIZACIÓN Y FORMACIÓN EN FIBROMIALGIA Y SFC

Estreno película documental



www.afinsyfacro.es

XI JORNADA DE SENSIBILIZACIÓN Y FORMACIÓN EN FIBROMIALGIA Y SFC.

Servicio de Información y Orientación
AFINSYFACRO



12 MAYO 2022

DÍA MUNDIAL DE LA FIBROMIALGIA Y SFC

Jornadas organizadas y coordinadas desde el **SIO**, con la colaboración de la URJC,

Los pacientes que asistieron presencialmente a la jornada: 86

Alcance visualización de la película documental" **Luces y sombras en la Fibromialgia"** más de **55.000** visualizaciones

Alcance visualización de la mesa debate más de 1000 visualizaciones

https://www.youtube.com/watch?v=gXtkXakPMdE

https://www.youtube.com/watch?v=n4K-2z-sBD8

www.afinsyfacro.es

AFINSYFACRO

XI JORNADA DE SENSIBILIZACIÓN Y FORMACIÓN EN FIBROMIALGIA Y SFC.

Servicio de Información y Orientación
AFINSYFACRO

12 MAYO 2022

DÍA MUNDIAL DE LA FIBROMIALGIA Y SFC



Mesa debate." Búsqueda de herramientas para la valoración funcional de los afectados"



Dificultades en la valoración de la incapacidad y discapacidad en Fibromialgia.
Vicente Herrero Hidalgo

Universidad Rey Juan Carlos



¿Que no es Fibromialgia?
Doctor Antonio del Arco Luengo

www.afinsyfacro.es

AFINSYFACRO

Área de rehabilitación médico-funcional

Trabajo individual Paciente-Fisioterapeuta



75 pacientes son atendidos semanalmente en el servicio de rehabilitación

AFINSYFACRO

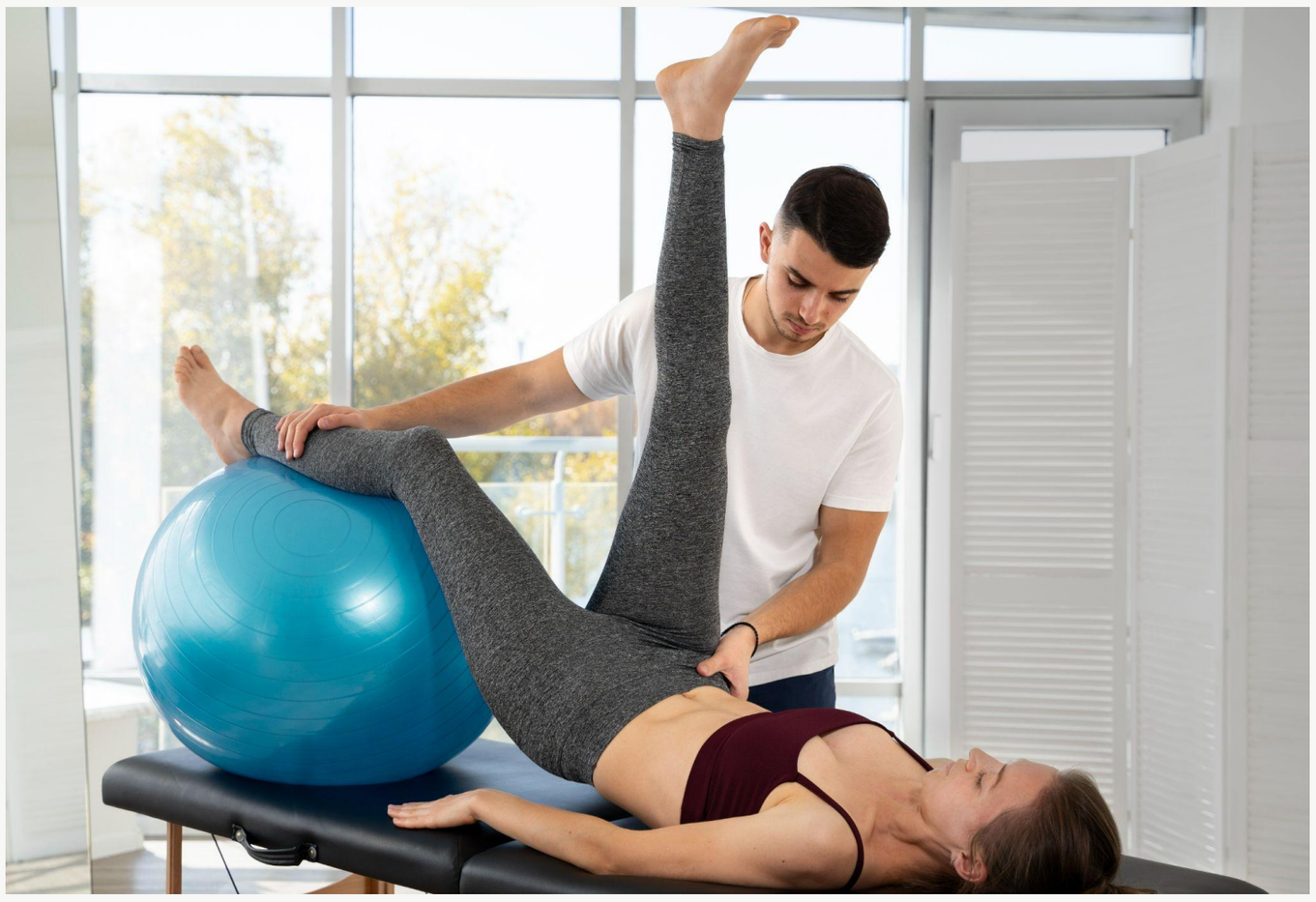
Área de rehabilitación Programa ejercicio físico

Han asistido semanalmente 133 pacientes a la rehabilitación grupal

El objetivo, la recuperación funcional de los afectados a través de la realización de una actividad física que se adapte a sus necesidades para lograr el fortalecimiento de su cuerpo, la flexibilidad y la mejora de su capacidad respiratoria.



Este programa se ha llevado a cabo con la implementación de diferentes técnicas de ejercicio rehabilitador en sesiones de 1 hora de forma grupal o individual dentro del programa de rehabilitación médico funcional.



AFINSYFACRO

Programa Online Afinsyfacro Área Rehabilitación Terapéutica

Área de Rehabilitación Ejercicio Terapéutico TAI CHI



Área de Rehabilitación Ejercicio Terapéutico Yoga



www.afinsyfacro.es





Área de Fisioterapia Online: ESTIRAMIENTOS

Área Ejercicio rehabilitador Terapéutico “pilates”

YouTube

AFINSYFACRO

Servicio de Atención Psicológica

ATENCIÓN PSICOLÓGICA INDIVIDUAL

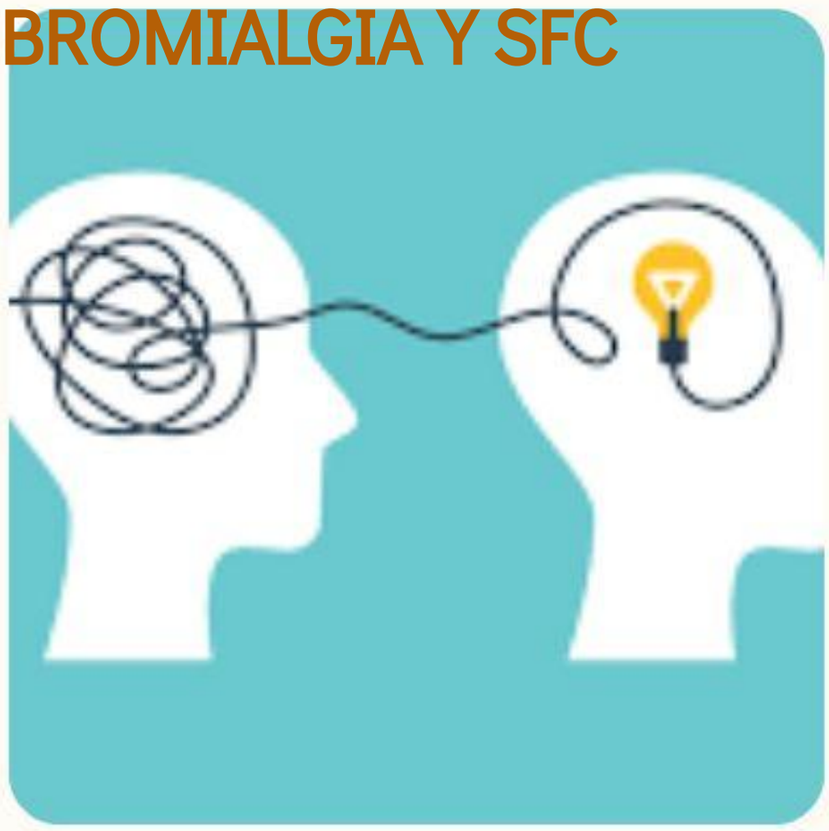
Número de pacientes que han recibido terapia individual: 88



Módulos y talleres monográficos de nueva creación

PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA COGNITIVO-CONDUCTUAL

MÓDULO INICIO AL TRATAMIENTO EN FIBROMIALGIA Y SFC



36 Pacientes

El objetivo es promover en los pacientes la adquisición de conocimientos, habilidades y aptitudes para poder comprender y aceptar la enfermedad .

TCI

MÓDULO DE CRECIMIENTO EMOCIONAL E INTELECTUAL



22 Pacientes

AFINSYFACRO

Módulos y talleres monográficos

PROGRAMA DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA COGNITIVO-CONDUCTUAL

PSICOEDUCACIÓN EN FIBROMIALGIA Y SFC

MÓDULO I

69 pacientes



TÉCNICAS CONDUCTUALES PARA EL MANEJO DEL DOLOR

MÓDULO II

45 pacientes



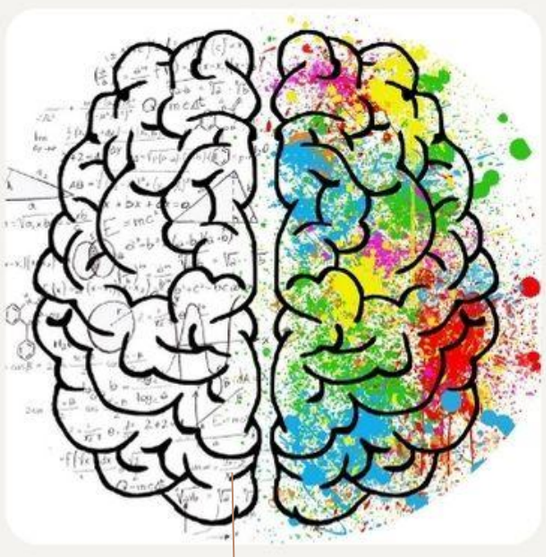
TÉCNICAS COGNITIVAS PARA EL MANEJO DEL DOLOR

MÓDULO III

40 pacientes



TALLER DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA



166 Pacientes

MÓDULO AUTOESTIMA





13 Pacientes

AFINSYFACRO

Módulos y talleres monográficos

TALLER DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

7 Pacientes



TALLER ACEPTACIÓN Y COMPROMISO

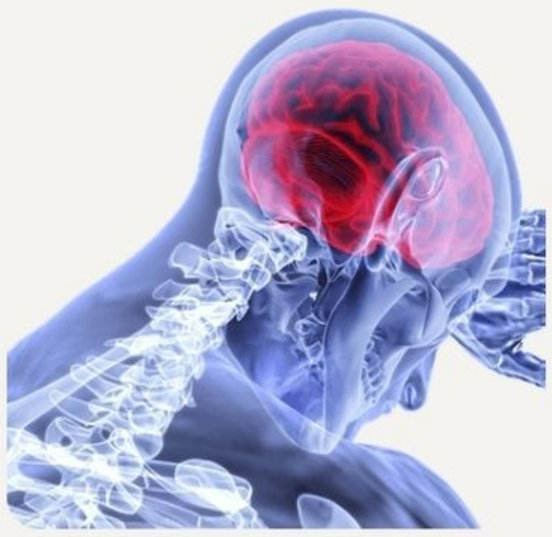
14 Pacientes



TALLER MINDFULLNES

13 Pacientes





ESCUELA DE FAMILIA



13 Familiares

Pacientes

MÓDULO MONOGRÁFICO DE SEXUALIDAD

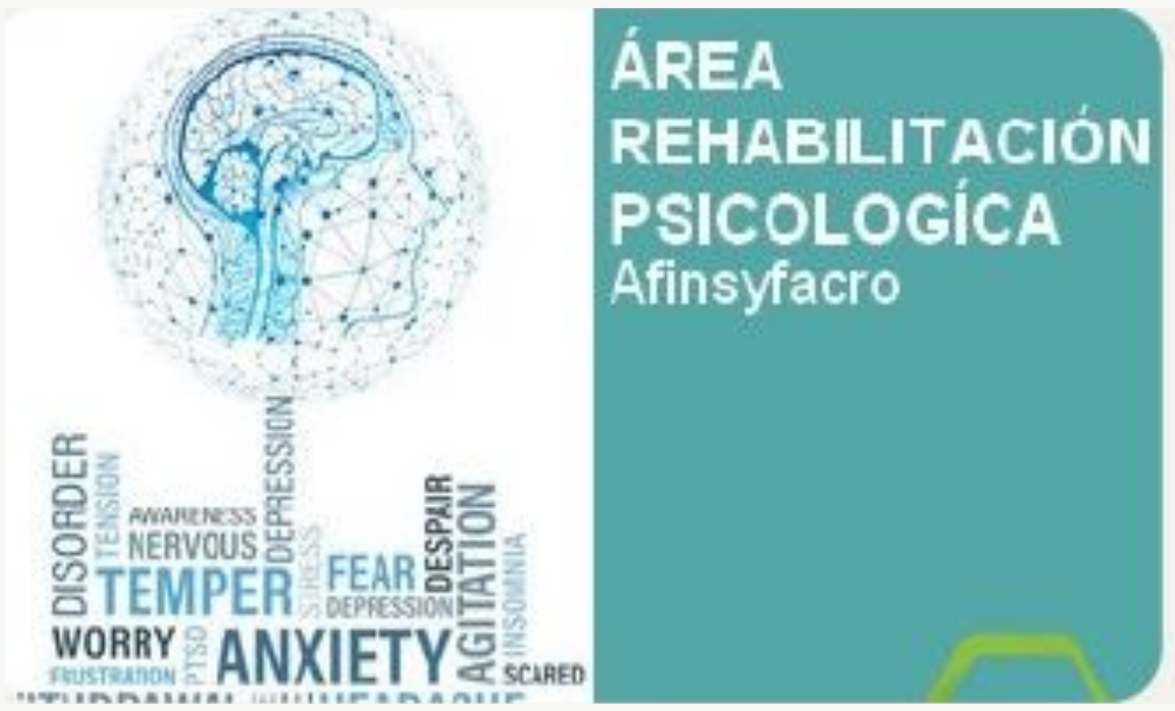


14 Pacientes

AFINSYFACRO

Programa Online Afinsyfacro Área Psicología

www.afinsyfacro.es







Accede a los contenidos página web y YouTube Afinsyfacro , posicionate en cada una de las imágenes.

AFINSYFACRO

Junta Directiva 2022



Mª HELENA GARCÍA GUTIÉRREZ

Presidenta

VALENTÍN PÉREZ CALVO

Vicepresidente





SARA MEDRANO HUERTAS

Tesorera



Mª ELENA HERGUIDO GARCÍA

Secretaría



Mª CONSUELO ANGULO BENITEZ

Vocal



PEPI CALDERON BERROCOSO

Vocal

Lucha, Sueños & Propósito de vida

Junta Directiva Afinsyfacro

Colaboración y Coordinación

Para mejorar la salud integral de las comunidades y de las personas. Participamos junto con otras entidades del ámbito socio-sanitario en las acciones de la Semana de la Salud de Móstoles y Alcorcón .



"EL EJERCICIO TU MEJOR MEDICINA" Conferencia online con zoom y Taller de ejercicio práctico Hora: Conferencia de 11, 00 h. a 11,45 h. Taller de ejercicio de 12,00 h. a 13,00 h



De 17:00 a 18:30h TALLER TEÓRICO-PRÁCTICO:" PERSONAS MAYORES: APRENDIENDO A ENVEJECER DE FORMA SALUDABLE". Estrategias y pautas de envejecimiento activo. La soledad, claves para su manejo. Dinámica práctica para el afrontamiento de preocupaciones.

AFINSYFACRO

IMPACTO DEL PROYECTO

EL IMPACTO DIRECTO E INDIRECTO SE CALCULA EN MÁS DE 2.200 PERSONAS



AFINSYFACRO

Asociación de
Fibromialgia y **SFC**
de la C. de Madrid

Memoria Económica 2022

Afinsyfacro

Sede: C/ Azorín 3 28935 Móstoles
Delegación: C/ Timanfaya 15 28924 Alcorcón
Telefóno.: 916134790 / 916427754
663746626

AFINSYFACRO

Balance de situación Operativo

Del diseño BALOPEANTICI
Desde el día 01/01/2021 hasta el día 31/12/2021
Imprimir Saldo

Fecha: 31-03-2022

ASOCIACIÓN DE FIBROMIALGIA Y SÍNDROME DE FATIGA - G84055813 **Pág.: 1**

A C T I V O

DESCRIPCIÓN	2021(EUR)
ACTIVO NO CORRIENTE	11.873,18
INMOVILIZADO MATERIAL	11.873,18
213,Maquinaria	1.349,00
215,Otras instalaciones	4.271,30
216,Mobiliario	2.958,98
217,Equipos para procesos de información	3.780,38
219,Otro inmovilizado material	7.076,49
281,Amort.acum.del inmovilizado material	-7.562,97
ACTIVO CORRIENTE	102.300,77
EXISTENCIAS	1.088,00
417,Anticipo Acreedores	1.088,00
DEUDORES COMERCIALES Y OTRAS CTAS.A C	65.680,00
470,H.P, deudora por diversos conceptos	65.680,00
EFECTIVO Y OTROS ACTIVOS LIQUIDOS EQUI\	35.532,77
570,Caja, euros	879,31
572,Bancos e instit.de crdto.c/c vista euros	34.653,46
TOTAL ACTIVO	114.173,95

PATRIMONIO NETO Y PASIVO

DESCRIPCIÓN	2021(EUR)
PATRIMONIO NETO	104.672,97
FONDOS PROPIOS	104.672,97
Capital	91.621,91
101,Fondo social	91.621,91
Resultado del ejercicio	13.051,06
129,Resultados del ejercicio	13.051,06
PASIVO CORRIENTE	9.500,98
DEUDAS A CORTO PLAZO	227,96
520,Deudas C/P con entidades de crédito	121,21
561,Depósitos recibidos a corto plazo	106,75
ACREEDORES CIALES Y OTRAS CTAS.A PAGA	9.273,02
410,Acree. por prestaciones de servicios	2.182,80
475,H.P,acreedora por conceptos fiscales	4.012,28
476,Organismos de la Seg. Soc.acreedores	3.077,94
TOTAL PATRIMONIO NETO Y PASIVO	114.173,95

Cuenta de pérdidas y ganancias Plan 2008

Del diseño PYGOPESINLUC
Desde el día 01/01/2021 hasta el día 31/12/2021
Imprimir Saldo

Fecha: 31-03-2022
ASOCIACIÓN DE FIBROMIALGIA Y SÍNDROME DE FATIGA - G84055813 **Pág.:** 1

DEBE		HABER	
DESCRIPCIÓN	**2021(EUR)**	**DESCRIPCIÓN**	**2021(EUR)**
COMPRAS	30.717,63	**OTROS INGRESOS DE EXPLOTACION**	219.538,85
600,Compras de mercaderías	525,60	747,Otras subv.donac.legados transf.resul.ej	15,00
602,Compras de otros aprovisionamientos	3.196,53	720,Cuotas de asociados y afiliados	105.856,95
607,Trabajos realizados por otras empresas	26.995,50	740,Subv.donaciones y legados a la explotac.	113.666,90
SERVICIOS EXTERIORES	54.485,15		
621,Arrendamientos y cánones	21.600,00		
622,Reparaciones y conservación	1.814,01		
623,Servicios profesionales independientes	14.637,48		
625,Primas de seguros	848,08		
626,Servicios bancarios y similares	1.516,79		
627,Publicidad, propaganda y relacion.públic	84,40		
629,Otros servicios	13.984,39		
GASTOS DEL PERSONAL	118.897,54		
640,Sueldos y salarios	89.977,32		
642,Seguridad Social a cargo de la empresa	28.359,50		
649,Otros gastos sociales	560,72		
AMORTIZACION DEL INMOVILIZADO	2.387,47		
681,Amort. del inmovilizado material	2.387,47		
Saldo acreedor	13.051,06		
TOTAL DEBE	219.538,85	**TOTAL HABER**	219.538,85

Entidades Colaboradoras

AYUNTAMIENTO DE Móstoles

Ayuntamiento de Alcorcón

Comunidad de Madrid
CONSEJERÍA DE POLÍTICAS SOCIALES Y FAMILIA

SaludMadrid

"la Caixa"

Universidad Rey Juan Carlos

ACEPA Móstoles ¡Tu Asociación!

Sur Madrid

FEDERACIÓN FCM COMERZ
COMERCIOS DE MÓSTOLES
"Por ti y para ti, hacemos ciudad"