

DONAR VIDA

REVISTA DE L'ASSOCIACIÓ DE MALALTS I TRASPLANTATS HEPÀTICS DE CATALUNYA • NÚM. 9 / EDICIÓ 2023

ÉXITO DEL 1.er FESTIVAL SONG VIDA “LA MÚSICA DA VIDA”



SABÉIS QUE...

- Récord de donaciones y trasplantes en Cataluña el 2022
- Más de 400 familias acogidas en nuestros pisos compartidos en 2022
- 2022: Aumento de la actividad del voluntariado hospitalario
- Hemos renovado nuestro canal de YOUTUBE

 **ath**.cat

ASSOCIACIÓ DE MALALTS
I TRASPLANTATS HEPÀTICS
DE CATALUNYA



ASSOCIACIÓ DE MALALTS
I TRASPLANTATS HEPÀTICS
DE CATALUNYA

DIRECCIÓ

C/ Cuba, 2
Hotel d'Entitats Can Guardiola, planta 1, despacho 7
08030 Barcelona

HORARIO

De lunes a viernes de 9:00 a 14:00 h
(Pedir cita prèvia)

CONTACTO

Teléfono: 93 016 42 52
Móvil: 666 829 120
Correo electrónico: athc@ath.cat

REDES SOCIALES



<https://www.facebook.com/Amth.cat>



<https://twitter.com/ATHCAT>



<https://www.instagram.com/athc cat>



<https://www.youtube.com/@athccat>



<https://www.linkedin.com/in/ath-cat/>



<https://www.tiktok.com/@ath cat>

JUNTA DIRECTIVA

Presidente Josep Maria Martínez
Vicepresidenta Montserrat Collado
Secretario Gaspar Fernández
Tesorero Josep Lluís Gómez
Vocales: M. Lluïsa Tobalina
Artur Marquès
Purificación Marsá
Pere Puig
Graciela Mompó
Joan Ribas

MESA DE REDACCIÓ

revistadonarvida@ath.cat
Josep Maria Martínez
Josep Lluís Gómez
Glòria Durban
Artur Marquès



Versió en català disponible a la pàgina
web www.ath.cat. Exemplars en català:
es poden facilitar gratuïtament,
contacteu amb nosaltres.

[SUMARIO

PÁG. 3 / EDITORIAL

La hepatitis C no puede esperar

PÁG. 4 / ¿QUÉ HEMOS HECHO?

Principales actividades de la ath.cat
año 2022

PÁG. 15 / SABÉIS QUE...

Record de donaciones y trasplantes
en Cataluña el 2022

Más de 400 familias acogidas en
nuestros pisos compartidos en 2022

2022: Aumento de la actividad del
Voluntariado Hospitalario

Hemos renovado nuestro canal de YOUTUBE

PÁG. 19 / PALABRAS SALIDAS DEL CORAZÓN

Recordando a los donantes de órganos y
tejidos

Cuando escribí "Noventa y seis horas"
La recompensa está en la esquina

PÁG. 22 / LA VOZ DE LOS PROFESIONALES

Dr. ALEJANDRO FORNER
Carcinoma hepatocelular

EVA LÓPEZ y RAQUEL GARCÍA
Enfermeras de la Unidad de Trasplante
Hepático del Hospital Clínic Barcelona,
entrevistadas por Silvia S. Rubio,
socia y periodista

PÁG. 29 / COMPARTIENDO LA VIDA

PILAR PIEDRA,
entrevistada por Isabel Juanola, periodista

PÁG. 32 / RECORDANDO

Carta a Montserrat Biarnès

PÁG. 33 / AGENDA 2023

Eventos y actividades2023

PÁG. 34 / ¿QUIERES HACERTE SOCIO?

PÁG. 34 / TÚ ERES IMPORTANTE

PÁG. 35 / COLABORADORES



LA HEPATITIS C NO PUEDE ESPERAR

La eliminación de las hepatitis víricas es un objetivo prioritario de la OMS (Organización Mundial de la Salud), nuestro país y nuestra entidad, la **ath.cat**, estamos especialmente implicados. Esto que se vislumbró antes de 2019, se ha visto afectado por la pandemia de la COVID-19, de manera que quizás es un buen momento para replantearnos como estamos en Cataluña:

- Unas 65.000 personas tienen anticuerpos positivos de la hepatitis C, de las que la mitad sufre infección activa. Un 20% de estas personas desconoce que está infectada.
- La prevalencia en la población general es del 1,02 % y la viremia del 0.3.- 0.9 % en vías de control.
- Los colectivos de personas más vulnerables, donde se manifiestan niveles de prevalencia y viremia más elevados son preocupantes, tanto por su incidencia como por la dificultad de encontrar y diagnosticar a estas personas, muchas veces marginadas del propio sistema sanitario.

Una vez determinado dónde están las personas a atender, es necesario diseñar la manera más eficiente para llegar a cada uno de los colectivos afectados, que requieren diferentes maneras de actuar:

- **La prevención:** Articulando un espacio de confluencia los Centros de Salud (CAP, Hospitales de Referencia o Comarcales, Centros de Tratamiento). La Administración Sanitaria es la encargada de proveer los medios para acceder a cada colectivo.
- **La acción:** En este ámbito, ahora y desde siempre, **la ath está dispuesta a colaborar.**
- **Evitando siempre la estigmatización** que este tipo de enfermedades suele llevar asociada, bien sea por drogodependencia y otras adicciones, sida (VIH) y sexo de riesgo, que no responden a ninguna razón esencial, ya que los virus no entienden de clases, géneros, razas ni creencias, simplemente afecta a las personas y aquí todos somos vulnerables.

¡Manos a la obra, porque la HEPATITIS C no puede esperar!

[¿Qué hemos HECHO?

8 DE FEBRERO - BARCELONA FOMENTAMOS LA DONACIÓN EN EL IES PABLO RUIZ PICASSO

Fueron dos sesiones a alumnos de 4º de ESO, con el objetivo de concienciar a los adolescentes sobre la importancia de la donación de órganos y sangre, haciendo que ellos mismos descubrieran que la donación está basada en los valores de la solidaridad, la generosidad, el altruismo y el anonimato. Las charlas se acompañaron de material audiovisual ameno y se realizaron de forma participativa. Esperamos que se animen a ser donantes en el futuro y que hablen de este tema con sus familias, convirtiéndose en vectores de la promoción de las donaciones.



7 DE MARZO CASTELLBISBAL (Barcelona) CHARLAS SOBRE DONACIÓN EN EL IES CASTELLBISBAL

Como Asociación colaboramos en las charlas sobre donación realizadas en este instituto, gracias a nuestra adhesión al proyecto "Altavoces de Vida" del Banc de Sang i Teixits (BST) y de la Organización Catalana de Trasplantes (OCATT), que cuenta con nuestros voluntarios como testimonios de vida. Las charlas estaban dirigidas a alumnos de 3º de ESO. Se respondió a todas las dudas que iban generando nuestras explicaciones sobre qué son las donaciones tanto de sangre, de órganos y tejidos.



30 DE MARZO HOSPITALET DE LLOBREGAT DÍA NACIONAL DEL TRASPLANTE



DÍA NACIONAL DEL TRASPLANTE

Este Día lo celebramos con los compañeros de la Federación Nacional de Enfermos y Trasplantados Hepáticos (FNETH), de la que formamos parte, la Federación Española de Fibrosis Quística, la Federación Nacional de Asociaciones ALCER y la Federación Española de Trasplantados de Corazón (FETCO). El objetivo principal de este día es agradecer a todos los profesionales que hacen posible los trasplantes, su labor y dedicación para que muchas personas cada año puedan tener una segunda oportunidad gracias a un trasplante. Esto es posible por la generosidad de los donantes y el esfuerzo de todos los profesionales que forman parte del sistema público de salud.

5 DE MAYO - BARCELONA

PRESENTACIÓN DEL VÍDEO DEL PROYECTO “MIRADAS”

Vídeo Mirades v4 4



Este vídeo, con el que se da a conocer nuestra asociación y el Programa de pisos de acogida, lo realizó un grupo de alumnos de estudios audiovisuales de la escuela Jesúites Sarrià de Barcelona, en el marco de un proyecto de aprendizaje y servicio propiciado por la Federación Catalana de Voluntariado Social. La presentación se realizó en el salón de actos de la escuela y asistieron los alumnos y profesores, así como representantes de nuestra

Asociación. El vídeo puede verse en nuestro canal de YouTube: <https://youtu.be/Cdl-HsslQ28>



7 DE MAYO - TERRASSA FESTIVAL DE DANZAS ORIENTALES

La **ath.cat** organizó en el Teatro Municipal este Festival a cargo de “Proyecto Salamandra”, que actuó de forma altruista en beneficio de nuestros pisos de acogida. Todos los asistentes disfrutaron de su arte escenográfico en una velada coloreada y llena de sentimiento. Más de 150 personas se solidarizaron con los enfermos y sus familiares que necesitan apoyo y residen fuera de Barcelona, y en consecuencia solicitan alojarse en nuestros pisos de acogida. Nuestro agradecimiento al Alcalde de Terrassa Sr. Jordi Ballart y la Concejala D^a. Mónica Polo, que nos acompañaron en este Festival y nos dieron su apoyo para llevarlo a cabo.



13, 14 y 15 DE MAYO VILAFRANCA DEL PENEDES L'ATH.CAT EN LAS FERIAS DE MAYO

En los tres días de Feria tuvimos un stand con voluntarios de la Asociación para darla a conocer y fomentar las donaciones. Recibimos numerosos visitantes, entre ellos el alcalde de Vilafranca Sr. Pere Regull, a quien agradecemos su presencia. En el Espacio Demo de las Ferias realizamos una charla para enfatizar los valores de la donación y explicar el funcionamiento de las donaciones de órganos, sangre y médula ósea. Durante aproximadamente una hora se dialogó de donación y de trasplantes, y así como visionamos varios vídeos que reforzaban la importancia de hacerse donante. Ofrecimos nuestro testimonio como personas trasplantadas y receptoras de sangre.



26 DE MAYO - SALT (Girona)

ENTREVISTA EN DIRECTO EN RADIO SALT CON MOTIVO DEL DÍA DEL DONANTE



En el programa “Nos patina el embrague”, realizado por usuarios de la Fundación Drissa, entidad que trabaja para mejorar la calidad de vida de las personas con trastorno mental, entrevistaron a Artur Marquès, vocal de la **ath.cat**. En esta entrevista Artur comentó aspectos de nuestra Asociación, los trasplantes y las donaciones, el voluntariado y los pisos de acogida. Podéis escuchar la entrevista en nuestro canal de YouTube: : <https://youtu.be/6J2OxtNVsnI>



1 DE JUNIO DÍA DEL DONANTE

En ese día realizamos diversas iniciativas, como Asociación se asistió al acto institucional organizado por la OCATT en el salón de actos del Hospital de Bellvitge. También estuvimos presentes en la mesa de “Donem Girona” en la plaza Catalunya de esta ciudad, explicando qué hacer para ser donante. También distribuimos nuestro desplegable “El viaje de la vida”.

Al mismo tiempo publicamos y difundimos el vídeo de agradecimiento a los donantes “Yo soy donante...”, editado por Gaspar Fernández, secretario y responsable de comunicación. En este vídeo participan numerosas personas que son donantes de órganos en el momento que fallezcan. Lo podéis ver en nuestro canal de YouTube: <https://youtu.be/MaUIFaUkxVA>



Al día siguiente día 2 se realizó una mesa informativa en las consultas externas del Hospital Clínic, donde explicamos qué hacer para ser donante de órganos, sangre y médula ósea, con el mensaje principal: la donación salva vidas.



5 DE JUNIO - BARCELONA

CAMINADA EN AGRADECIMIENTO A LOS DONANTES



En esta actividad participaron una delegación de personas de la ath.cat, así como otras asociaciones y entidades. Salimos de la Pedrera (Casa Milà) y llegamos al monumento del Donante, en los jardines de la Sagrada Familia, con un ambiente festivo, haciendo patente el agradecimiento a los donantes con pancartas.

11 DE JUNIO - BARCELONA

4ª EDICIÓN DE “EL BUS DE LA SANG, ÒRGANS I TEIXITS” EN SANTS

Esta jornada, organizada por la ath.cat y liderada desde la 1ª edición por Pere Puig, miembro de la junta, consiguió que uniéramos voluntarios de todas las asociaciones representadas y la actuación también voluntaria y solidaria de grupos de danza y musicales. Todo el mundo trabajando con la misma finalidad: sensibilizar sobre la donación y sus valores. Contó con el apoyo del Banc de Sang, la OCATT y la Fundació Josep Carreras. El Club Mediterrani cedió una zona para realizar las extracciones.

En esta edición se efectuaron 154 donaciones de sangre y/o plasma, de las que 30 fueron por primera vez. Esta segunda cifra tiene un alto valor porque estas 30 personas seguro que seguirán siendo donantes. Dos se inscribieron en el registro de donantes de médula ósea y 27 se interesaron por ser donantes de órganos.

Podéis ver el vídeo de la jornada editado por Joan Ribas, también miembro de la junta:

<https://youtube.com/shorts/xSCzg2wciq?feature=share>



12 DE JUNIO

DÍA INTERNACIONAL DEL NASH



En este Día nuestra Asociación se adhirió a la difusión del conocimiento de esta enfermedad presentando los dos primeros vídeos de nuestro Proyecto de información y prevención del hígado graso y la esteatohepatitis no alcohólica (NASH), que cuenta con el ayuda de Pfizer y que ha realizado nuestro grupo de trabajo de comunicación. Aquí podéis ver el vídeo:

<https://www.ath.cat/nash-2022/>



20-21 DE JUNIO - BARCELONA

REUNIÓN DE LA FNETH EN BARCELONA

La **ath.cat** participó en este encuentro y tuvimos la ocasión de compartir nuestras experiencias con las asociaciones de trasplantados hepáticos de todo el estado. Nuestra aportación fueron dos posters titulados "Cómo mejorar los resultados de nuestros objetivos y la comunicación interna" y "Charla sobre la sensibilización de la donación y la prevención de las enfermedades hepáticas"



21 DE JUNIO - BARCELONA

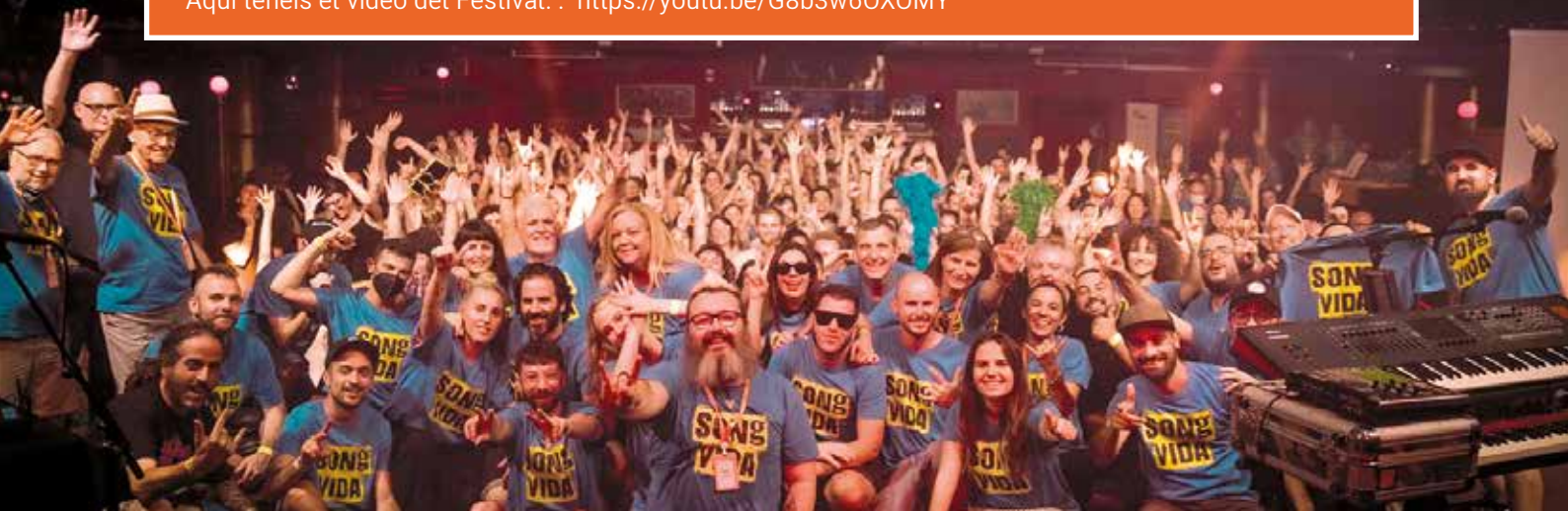
FESTIVAL SONG VIDA

Con el lema "La música da vida", alrededor de 400 personas apoyaron la primera edición del festival solidario celebrado en la sala Apolo de Barcelona, organizado por la **ath.cat** y liderado por nuestra socia Silvia S. Rubio, en colaboración con el Banc de Sang y la OCATT.

El festival nace con los objetivos de sensibilizar a los jóvenes sobre las donaciones y recaudar fondos para financiar los tres pisos de acogida de la asociación. En esta primera edición, gracias a las más de 400 entradas vendidas, se ha logrado recaudar 4136 euros.

Actuaron desinteresadamente Rude Teo, Luv Messenger, DEM, Guiu Cortés, Sandra Bautista, Lauren Nine, Julieta, Señor Oca, Chalart58 & Matah, Ladilla Rusa y para terminar Pirat's Sound Sistema, con un público entregado a la música, a la donación, y en la vida. En el SONG VIDA también vinieron miembros de otras entidades, como la FNETH, ANiNATH, AIRE y el Club de la Cremallera, consolidando así la hermandad y el apoyo entre proyectos solidarios.

Aquí tenéis el video del Festival: : <https://youtu.be/G8b3w6OXOMY>



19 DE JULIO - BARCELONA ENCUENTRO DE VERANO DE SOCIOS/AS Y SIMPATIZANTES

Este encuentro anual tuvo lugar en el Salón de actos del Banc de Sang i Teixits. Nuestro presidente Josep M. Martínez dio la bienvenida a todos los presentes y seguidamente realizaremos una visita a las instalaciones gracias a la gentileza del personal del Banc de Sang. Finalmente tuvimos un espacio para compartir y desearnos un buen verano haciendo un picoteo.



23 DE JULIO - LA CONRERIA (Barcelona) PARTICIPACIÓN EN LA ESCUELA DE VERANO DE ANINATH

Varios miembros de la ath.cat participaron el 23 de julio en la 1ª edición de la Escuela de verano de familias, organizada por nuestros compañeros de ANINATH (Asociación de Niños y Niñas con Trasplante Hepático) y la FNETH. Dinamizamos una sesión con los padres y madres de ANINATH donde pudieron compartir sus experiencias y vivencias en torno al trasplante de sus hijos/as. Consideramos fue una experiencia muy enriquecedora.



28 DE JULIO - EN LÍNEA PONENCIA EN LA JORNADA “HEPATITIS C. ¿DÓNDE ESTAMOS?”

En el Día Mundial de las Hepatitis Víricas, la Agencia de Salud Pública de Cataluña organizó una webinar donde nuestro presidente Josep M. Martínez expuso la

visión de los pacientes respecto al proceso de la enfermedad hepática. En su charla destacó la importancia de realizar cribados para detectar nuevos infectados de hepatitis C y poder darles el tratamiento adecuado. También comentó la importancia de no estigmatizar a los pacientes hepáticos y la necesidad que las asociaciones de pacientes implicadas en los diferentes proyectos sean escuchadas. Podéis ver la ponencia en este link:

<https://youtu.be/GQhHv9UNTMo>



18 DE SEPTIEMBRE SANTA COLOMA DE GRAMENET (Barcelona) 2ª. CAMINADA SOLIDARIA DE MARCHA NÓRDICA

La ath.cat se adhirió a esta actividad organizada por la asociación amiga AIRE en beneficio de los enfermos pulmonares y trasplantados. Además de participar, instalamos una carpa donde nuestros voluntarios ofrecieron información sobre las donaciones y los trasplantes con nuestro material de sensibilización.



MES DE OCTUBRE

MES DEL HEPATOCARCINOMA

En el transcurso del mes de octubre la **ath.cat** se adhirió a la campaña de la FNETH para visualizar este cáncer que puede afectar a enfermos hepáticos, especialmente en caso de cirrosis de diversas causas: alcohol, hepatitis víricas crónicas y esteatohepatitis no alcohólica/NASH. También colaboramos con tres vídeos cortos de socios fomentando el deporte y la actividad física y con una receta de cocina saludable catalana, el empedrado, como ejemplo de hábitos saludables. Ayudamos a la difusión de la abstención de alcohol como medida preventiva de las enfermedades hepáticas y finalmente el día 30 varias ciudades iluminaron lugares emblemáticos de color verde, para representar el Día del cáncer de hígado. En Cataluña esta acción simbólica se realizó en la ciudad de Terrassa, gracias a la buena disposición del Ayuntamiento.



4 y 6 DE OCTUBRE - BARCELONA CHARLAS A JÓVENES SOBRE LOS VALORES DE LA DONACIÓN



Realizamos dos charlas en el IES Quatre Cantons a alumnos de 2º de ESO. La actividad formaba parte del proyecto interdisciplinar de aula sobre el Cuerpo Humano. Éste es el cuarto año que nos invitan. El taller tenía como objetivo que los jóvenes conocieran las necesidades de donación de órganos de la mano de los propios trasplantados.

Los chicos y chicas se interesaron sobre nuestra experiencia como personas trasplantadas. Nos centramos en los valores de la donación, la gratitud, la solidaridad, animándoles a hablar de este tema con naturalidad en casa con sus familias. Creemos que entendieron que ellos mismos o personas cercanas, en algún momento de su vida puede que lleguen a tener esa necesidad.

19, 20 y 21 DE OCTUBRE - SEVILLA

LA ATH.CAT ASISTE A LAS “JORNADAS FORMATIVAS” DE LA FNETH

Del 19 al 21 de octubre, nuestro presidente Josep M. Martínez y nuestra vicepresidenta Montse Collado asistieron junto con representantes de otras asociaciones del estado, a este intenso encuentro. Allí recibieron formación relativa a diversas enfermedades hepáticas. Participaron en un taller de cómo hacer llegar nuestros mensajes a la población y otro de autocuidado del voluntariado.

Se presentó el “Libro de la Discapacidad Orgánica” de COCEMFE y el proyecto de la FNETH “Cicatrices: solo tú puedes saber el valor que tienen”, un libro sobre el testimonio no sólo gráfico de las cicatrices, sino también de la huella emocional que el proceso de la donación y el trasplante deja a los trasplantados y los familiares de los donantes.

Posteriormente, en el Hospital Virgen del Rocío se hizo la presentación de la exposición fotográfica del proyecto por parte de la presidenta de la FNETH y representantes del Hospital.



22 DE OCTUBRE - TERRASSA

GRAN ÉXITO DEL FESTIVAL MUSICAL LAYLA MAJNUN

En el Auditori se realizó la representación del Musical Layla Majnun por la conocida Asociación Cultural de Terrassa **Som Bollywood**, dirigida por Isaac Panhellas. Contó con una asistencia de casi 300 personas que gozaron de la coreografía y la música de la obra. Muestra de la sensibilidad y su buen hacer, una vez más actuaron solidariamente. Los beneficios obtenidos se dirigieron al programa de pisos de acogida de la **ath.cat**. Asistieron el Alcalde Sr. Jordi Ballart y la Concejala de Salud Sra. Mónica Polo. En el mismo acto presentamos el proyecto Teaming de los pisos de acogida.



29 DE OCTUBRE - TERRASSA

FERIA DE ENTIDADES DE SALUD

Como hemos hecho otros años nuestra asociación participó en la Feria de Entidades de Salud organizada por el Ayuntamiento de Terrassa que tuvo lugar en la Plaça Vella. El objetivo de la feria es facilitar que la ciudadanía pueda conocer a entidades que trabajan por la visibilidad de diferentes enfermedades.

Nuestra mesa informativa fue atendida por diferentes socios que estuvieron disponibles todo el día para hablar con los visitantes de cualquier tema relacionado con la donación, el trasplante y las enfermedades hepáticas y su prevención. Asimismo, ofrecimos información de nuestros programas, servicios y actividades.



2 DE NOVIEMBRE - VALENCIA

LA EXPERIENCIA DE NUESTRO PROGRAMA DE VOLUNTARIADO

La **ath.cat** fue invitada por COCEMFE Estatal a la XXVII Escuela de Otoño de Voluntariado de la Plataforma del Voluntariado de España. Nuestra responsable del voluntariado Montse Collado participó en la mesa "Reflexiones del Voluntariado". Queremos agradecer a COCEMFE Estatal y a la FNETH, la valoración recibida de la labor de nuestros voluntarios y la invitación a esta jornada.



19 DE NOVIEMBRE - BARCELONA

COMIDA DE HERMANDAD 2022



El Dinar de germanor de l'ath.cat aquest any va comptar amb l'assistència de gairebé 100 persones, que La Comida de hermandad de la ath.cat este año contó con la asistencia de casi 100 personas, que nos reencontramos después de dos años sin poder hacerlo por causa de la pandemia. Además de socios, familiares y amigos, asistieron representantes de los hospitales Bellvitge, Clínic y Vall d'Hebron y de la OCATT, el Banc de Sang, la FNETH, ADAA y AIRE, a los que se reconoció su labor y su presencia. Todo se realizó en un ambiente festivo y amigable, que finalizó con el sorteo de regalos entre los asistentes y las palabras de agradecimiento por parte de nuestro presidente Josep M. Martínez.

23 DE NOVIEMBRE - GIRONA

EXPOSICIÓN “VIDA REGALADA”

Asistimos a la inauguración de la exposición “Vida regalada” en el vestíbulo de las facultades de Medicina y Enfermería de la Universidad de Girona. Es una muestra fotográfica que pudo verse en el Hospital Trueta el pasado junio, que homenajea a los donantes y a sus familias. Es una de las acciones que ha promovido la plataforma “Donem Girona” que es un proyecto que une a pacientes trasplantados, donantes y profesionales de la salud que tienen como objetivo promover que todo el mundo se plantee hacerse donante y dejar constancia de la decisión. En este acto participamos nuestros compañeros Maria Dolors Vilardel, Laura Geli y Artur Marquès, .



1 DE DICIEMBRE - GIRONA

“SUMEM MIRADES” DÍA DEL VOLUNTARIADO



Con el lema SUMEM MIRADAS la ath.cat asistió y participó como voluntariado del Día en el acto que la Delegación Territorial de Girona de la FCVS realizó en la Casa de Cultura. Contó con cerca de cincuenta asistentes y la presencia de representantes del Ayuntamiento y la Diputación de Girona, así como del presidente de la FCVS. El encuentro finalizó con la lectura del Manifiesto del Día Internacional del Voluntariado 2022, por parte del presidente de la FCVS Ramon Nicolau, que cerró el acto.

1 DE DICIEMBRE - BARCELONA DÍA INTERNACIONAL DEL VOLUNTARIADO EN EL HOSPITAL CLÍNICO

Nuestro compañero Joan Ribas, voluntario del Programa de Voluntariado Hospitalario de la **ath.cat**, participó en el acto organizado por el Hospital Clínic en reconocimiento al trabajo de los voluntarios presentes en el Hospital con motivo del Día Internacional del Voluntariado. Se hizo un agradecimiento público a las personas voluntarias de Amics del Clínic, que con su labor añaden valor a la calidad humana del trato con los pacientes. Desde la dirección se comunicó la voluntad de implantar un nuevo esquema organizativo del voluntariado que permita incrementar el número de voluntarios con el objetivo de establecer para Amics del Clínic una entidad más visible y estable. El voluntariado es una parte vital en el Hospital y se quiere evitar que quede difuminada en el organigrama general.



13 y 14 DE DICIEMBRE - MADRID

PARTICIPAMOS EN EL ENCUENTRO NACIONAL DE VOLUNTARIADO Y DISCAPACIDAD

Este encuentro organizado por COCEMFE Estatal en Madrid asistieron personas voluntarias de todas las comunidades para intercambiar conocimientos, conocer la realidad de otras entidades, nuevas formas de sensibilización y crear nuevas relaciones y redes entre las entidades del movimiento asociativo. Nuestra compañera Montse Collado, acompañada de nuestro presidente, explicó el programa de la **ath.cat** de voluntariado testimonial en los hospitales; esta modalidad: persona que ha sufrido una enfermedad visita a otra persona ingresada que está pasando el mismo proceso, es líder en el mundo de las asociaciones que nos movemos y supone un apoyo emocional importante. Por este motivo, la ponencia de Montse despertó mucho interés.



14 DE DICIEMBRE - BELLATERRA

PROYECTO "DAR SANGRE" DE LA ESCUELA LA VALL

Desde nuestro programa de promoción de la donación y el trasplante, realizamos una charla a alumnas de 3º de ESO sobre los valores de la donación. Cada año estamos invitados desde el Banc de Sang a participar en la campaña "Donar sangre" que organiza la escuela e implica a toda la comunidad educativa, especialmente a las familias. La charla tenía un mensaje claro: la necesidad y la importancia de aumentar el número de donaciones de todo tipo: sangre, órganos, tejidos y médula ósea, ya que las donaciones salvan vidas. Aportamos nuestro granito de arena hablando, informando y sobre todo mostrando nuestro testimonio como trasplantados incidiendo en los valores de la donación, la gratuidad y la solidaridad.



17 DE DICIEMBRE - L'HOSPITALET DE LLOBREGAT

2º CONGRESO DE ENTIDADES DE L'HOSPITALET

Este evento, iniciativa de la Mesa Sectorial de Derechos de la Ciudadanía y Cohesión Social del Consejo de Ciudad del Hospitalet, con el lema "Crecer para transformar", reunió a más de 220 personas del sector asociativo de la ciudad para generar un espacio de reflexión sobre los principales retos y oportunidades a los que se enfrentan las entidades de L'Hospitalet. La **ath.cat** participó en el grupo de trabajo relativo a la pandemia,



aportando nuestra experiencia de adaptación de la organización interna y de los servicios que ofrecemos a las condiciones de cada momento, especialmente del voluntariado y de los pisos de acogida.

20 DE DICIEMBRE - BARCELONA

JORNADAS SOBRE DONACIÓN DE ÓRGANOS EN LA FACULTAD DE MEDICINA DE LA UB

La **ath.cat** participó en las Jornadas Universitarias sobre la Donación de órganos organizada por los estudiantes de la Facultad de Medicina de la UB y el Hospital Clínic de Barcelona. Nuestro presidente Josep M. Martínez y nuestra compañera Montse Ramal explicaron el funcionamiento de nuestra asociación como ejemplo de asociación de pacientes. También desde su experiencia contestaron a las preguntas y dudas planteadas por los estudiantes. Estamos muy agradecidos tanto al Dr. Paredes como al Dr. Torregrosa por habernos invitado un año más a estas jornadas.



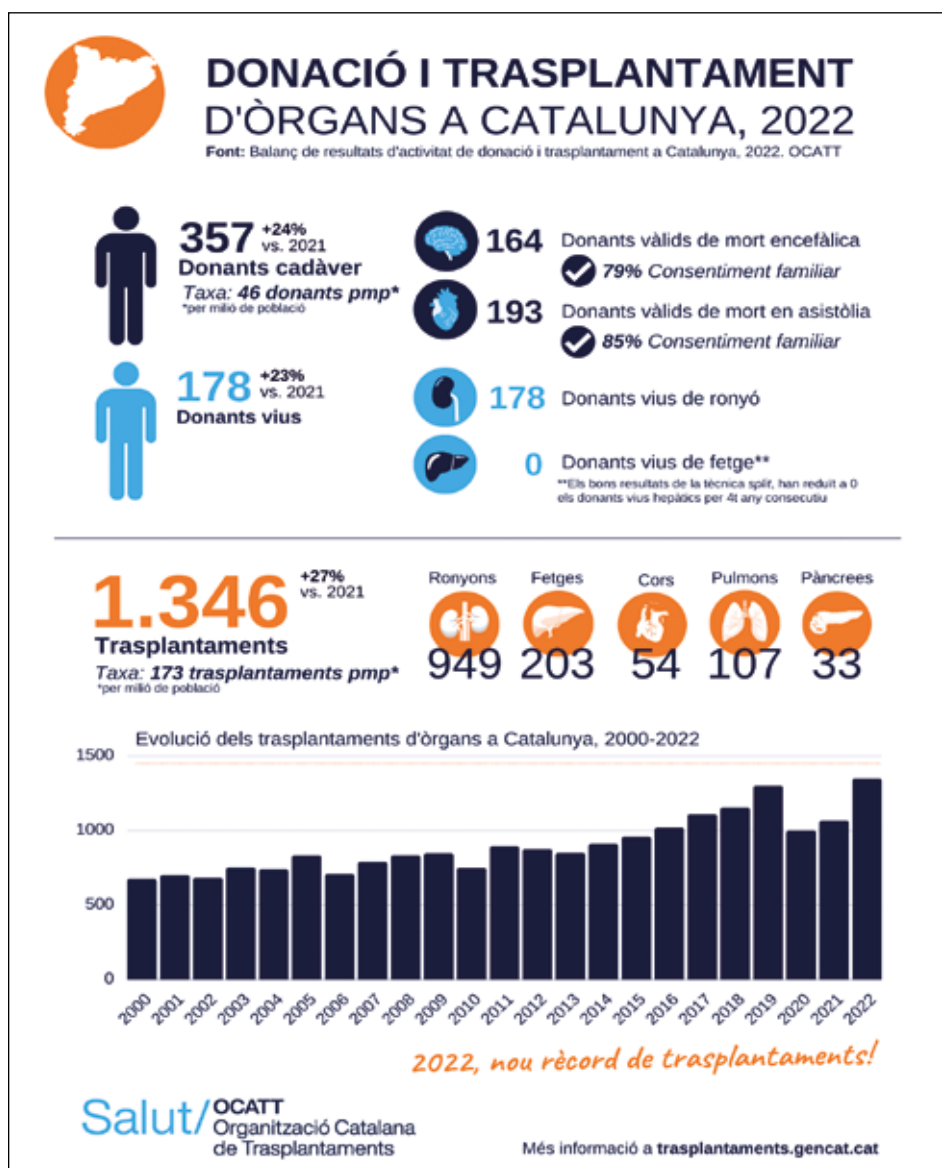
[SABÉIS que...

RÉCORD DE DONACIONES Y TRASPLANTES EN CATALUÑA EN 2022

La OCATT ha hecho balance de la donación y trasplante de órganos, tejidos y células realizados en Cataluña durante el año 2022 en un acto realizado en el Departamento de Salud el día 12 de enero, al que asistimos miembros de la ath.cat.

Queremos destacar que se han realizado 1.346 trasplantes, un 27% más que en 2021, de los que 61 han sido pediátricos, cifras a las que no se había llegado nunca. De la amplia información proporcionada también es importante saber que se han llevado a cabo 203 trasplantes de hígado, también cifra récord, lo que ha reducido la lista de espera de este órgano a solo 42 personas. Cataluña se sitúa seguramente a la cabeza mundial en la tasa de trasplantes por millón de población. Queremos agradecer esos resultados, fruto de la solidaridad y del trabajo incansable, a donantes, familiares, profesionales e instituciones.

Por otro lado, aunque las donaciones también han aumentado, debemos constatar un 18% de negativas familiares a efectuarla. Hay que aumentar las donaciones, la tasa de éstas en Cataluña por millón de población (45,8) es inferior a la del conjunto de España (46,3). Tenemos que hacer todos juntos un esfuerzo, no podemos olvidar que a 31 de diciembre de 2022 la lista de espera para recibir un órgano era de 1192 personas, pocas menos que en 2021 (1218).



MÁS DE 400 FAMILIAS ACOGIDAS EN NUESTROS PISOS COMPARTIDOS EN 2022



Hace un año, a finales de 2021, comentamos que habíamos llegado a acoger a 228 familias y esta cifra era bastante satisfactoria, teniendo en cuenta que el número de trasplantes se iba recuperando tras el coronavirus. En el año 2022, habiendo alcanzado una cantidad récord de trasplantes en Cataluña, hemos acogido casi el doble, 403 familias.

En los últimos 5 años nuestra actividad ha seguido la siguiente evolución, considerando la reducción de trasplantes provocada por la COVID-19 en 2020:

AÑO	Núm. PISOS	PERNOCTACIONES	FAMILIAS
2018	2	1583	106
2019	2	3224	194
2020	2	2623	169
2021	3	3588	228
2022	3	4512	403

Se puede observar que el número de pernoctaciones ha aumentado proporcionalmente, lo que nos sitúa casi a plena ocupación. En la Memoria de los Pisos de Acogida de 2022, que próximamente publicaremos en la página web, encontraréis detalladamente los datos de ocupación de cada piso y la descripción de los usuarios. De estos destacamos procedencia, edad y sexo, centro

de referencia, motivo de la estancia, relación de enfermo y acompañante, parentesco de los acompañantes y patologías de los pacientes. Finalmente veréis el resultado de la encuesta de satisfacción que globalmente evalúa sobre 10 la comodidad de la estancia (9,56) y la atención recibida (9,95).

Conscientes de la solicitud de acogidas creciente desde los propios hospitales, especialmente de Vall d'Hebron, la athcat, en septiembre de 2021 recibió de la Fundación Hábitat-3, que gestiona la adjudicación de viviendas procedentes de herencias intestadas a entidades sociales, un piso de 3 habitaciones situado cerca del Hospital Vall d'Hebron. A fecha de hoy su uso está pendiente del proceso de reforma que debe ejecutar la Fundación antes de entregárnoslo. Se prevé que el piso esté a nuestra disposición dentro del presente año, o los primeros meses del próximo.

El Programa de los Pisos de Acogida es uno de los pilares de la ath.cat. La Junta de nuestra asociación está comprometida a trabajar para dar respuesta a una necesidad que es real y de gran importancia, la necesidad que tienen familias que provienen de lejos de los hospitales y no tienen donde alojarse durante la intervención o seguimiento de la enfermedad de sus seres queridos.

El mantenimiento de los pisos de acogida necesita tu colaboración

Te proponemos la opción que dando 1 € al mes serás **TEAMER DE LOS PISOS DE ACOGIDA**



Teaming es una Fundación sin ánimo de lucro que recauda microdonaciones de 1 € al mes para grupos sin ánimo de lucro como el nuestro. No cobra ninguna comisión ni gasto, todo lo que donas va íntegramente al proyecto de pisos de acogida de la ath.cat y se puede desgravar del IRPF.

www.teaming.net/pisosd-acollidacompartitsperamalaltsifamiliarsnecessitats





2022: AUMENTO DE LA ACTIVIDAD DEL VOLUNTARIADO HOSPITALARIO

Nuestro voluntariado hospitalario va recuperando su presencia en los hospitales una vez se van reduciendo los efectos de la COVID-19. En el año 2019, antes de la pandemia, llegamos a hacer más de 300 visitas anuales, cifra que se redujo de golpe en el 2020 y 2021 donde solo se pudieron realizar 58 y 48 visitas respectivamente. Este 2022 hemos llegado a la cifra de 160 visitas y esperamos que este año se puedan ir aumentando y normalizando. El voluntariado también ha realizado 20 visitas presenciales a los pisos de acogida, para dar apoyo de todo tipo a los alojados que lo necesitaban.

Sin embargo, la actividad de apoyo emocional telefónico se ha reducido coincidiendo con la reducción de los efectos de la pandemia, pasando de 332 llamadas en 2021 a las 91 de 2022. Por el mismo motivo hemos pasado de 461 llamadas a socios realizadas en el año 2021 a las 299 de 2022.

El equipo del voluntariado actualmente está formado por seis personas que se reúnen cada aproximadamente tres meses para organizarse y coordinarse y también para compartir vivencias e inquietudes. La formación continuada es imprescindible para mejorar en los aspectos necesarios, por ello han efectuado 17 actividades formativas entre todos.

Nuestro voluntariado testimonial en los hospitales, que consiste en que la persona trasplantada recibe, si lo desea y el equipo sanitario lo autoriza, la visita de otra persona trasplantada que le puede escuchar y contar su vivencia, es cada vez más valorado en el ámbito asociativo. Por este motivo la responsable del voluntariado Montse Collado ha sido invitada a participar en jornadas relacionadas con este mundo específico del voluntariado, para explicar nuestra experiencia en Valencia y Madrid.



HEMOS RENOVADO NUESTRO CANAL DE YOUTUBE



Todo nuestro contenido audiovisual está ya disponible en YouTube. En él encontraréis vídeos de diversas temáticas anteriores al año 2022 y todos los de 2022. Son un reflejo de nuestra asociación: podrás descubrirnos, recordar momentos en que estuviste u otros que no pudiste estar.

Esta ha sido la producción del 2022:

- Los encuentros de "TARDES DE T".



Enero	Ómicron - 4ª dosis.
Febrero	Beneficios del ejercicio físico tras un trasplante. Andrés Reneses, TRAINSPLANT.
Marzo	Les donacions de sang. Aurora Massip, Banc de Sang i Teixits.
Abril	Nutrició eficaç per a persones trasplantades, beneficis i millores per a la salut. Glòria Creus, Hospital Bellvitge.
Mayo	Parlem de voluntariat. Marta Gubau, Federació Catalana de Voluntariat Social.
Junio	Tenir cura de la pell en pacients trasplantats. Dra. Susana Puig, Hospital Clínic.
Julio	Recopilació de totes les "TARDES DE T". Pere Puig i Joan Ribas, ath.cat.
Septiembre	Trasplantament infantil, famílies trasplantades. Rossana Martí, ANINATH.
Octubre	Conscienciació sobre el càncer de fetge. Dr. Alejandro Forner, Hospital Clínic.
Noviembre	Cures psicològiques en el pacient trasplantat. Dra. Esther Jiménez, Fundació Renal Jaume Arnó.

- Vídeos de charlas que hacemos en escuelas e institutos.s.
- Los vídeos del Proyecto NASH – Pfizer
 - Entrevista a la Dra. Isabel Serra sobre la esteatohepatitis no alcohólica (NASH)
 - Testimonio de la Sra. Lucía Pirón
- Intervenciones a jornadas y medios de comunicación.
- Actividades en las que ha participado nuestra asociación.
- Los vídeos del Festival Solidario SONG VIDA y del BUS DE LA SANGRE, ÓRGANOS Y TEJIDOS.
- Los vídeos cortos hechos con motivo de días señalados.
- El vídeo de los pisos de acogida del Projecte Mirades.

Suscríbete a nuestro canal <https://www.youtube.com/@athccat>



[Palabras salidas del CORAZÓN



JOSEP LLUÍS GÓMEZ CARDONA
Tesorero de la ath.cat

RECORDANDO A LOS DONANTES DE ÓRGANOS Y TEJIDOS

He vuelto a visitar una vez más el monumento a los Donantes de órganos y tejidos del Parque de la Sagrada Familia (Provenza-Sicilia), y después de un rato sentado frente a él, he pensado en los valores que quiere representar esta obra de Judit Masana, arquitecta del Ayuntamiento de Barcelona, y me gustaría destacar:

La estructura

Los bloques que lo forman, tres piedras procedentes de obras del *Eixample* de Barcelona con la inscripción: “**Con las mismas piezas – puede jugar – más de uno**”. Dentro de lo cotidiano, de lo que disponemos a diario, la reutilización es de lo más habitual porque todo aquello que no donemos se perderá.

El árbol

Es un *Cercis siliquastrum* (árbol del amor), de hoja caducifolia pero que en cuando florece a principios de la primavera inunda con sus flores, en forma de corazón y de color rosa intenso, todo su entorno.

Lo que representa

De forma independiente a los valores asociados a la donación: **altruismo, solidaridad, confidencialidad y gratuidad** me vienen otros nuevos, porque los valores no son sino virtudes convertidas en hábitos que nos ayudan a transitar, como **la**

confianza, que supone creer más allá de lo que es evidente, para tener **esperanza** que nos permita pensar en un futuro mejor. Para que todo esto ocurra, necesitamos también **paciencia y perseverancia**.

Lo que me hace sentir

Como ser humano que ha recibido dos trasplantes de órganos me han regalado dos vidas y no puedo sentir más que **gratitud**.

Es desde este agradecimiento, que supone algo más que dar simplemente las gracias, y que pretende llegar a ser un sentimiento auténtico y generoso de lo que los demás nos dan, ofrecen y aportan, o representan en nuestras vidas, que...

Agradezco personalmente y me atrevo a decir que todos los receptores (trasplantados) agradecemos a los donantes y a sus familias el gesto altruista y generoso de la donación. También a los que lean esta reseña quiero expresarles toda nuestra gratitud por formar parte de nuestras vidas, por acompañarnos y estar con nosotros: cuidémonos.

Nota.- Algunas frases se han inspirado en comentarios que la Pedagoga Eva Bach ha expresado en sus charlas.



TERESA MARTÍ
Escritora

CUANDO ESCRIBÍ NOVENTA Y SEIS HORAS

Cuando escribí *Noventa y seis horas*, no tenía ninguna idea preconcebida sobre el tema, sino que la historia apareció a partir de un hecho vivido. En realidad, fue una casualidad. Mi hermana me presentó a una amiga con la que había compartido la habitación del hospital y ésta comentó que estaba esperanzada con la llegada del puente del día 1 de mayo, un largo fin de semana de cuatro días. Luego supe que el motivo de su esperanza era la posibilidad de que durante esos cuatro días hubiera un donante. Aquello me impactó mucho, ya que era evidente que, para que ella pudiera tener los órganos que necesitaba para vivir, otra familia iba a perder a un ser querido. Aquella idea me llevó a visualizar a las dos familias, la del receptor que llevaba años esperando los órganos y la del donante que debería decidir en pocas horas si accedía o no a concederlos.

Decidí escribir esta historia y que las protagonistas fueran las madres de ambos, el receptor y el donante, que sin llegar nunca a conocerse, vivirían de forma paralela una situación desde lugares totalmente opuestos. A lo largo de la novela hago referencia a todo el proceso que envuelve a

un trasplante, las ilusiones y los miedos del receptor y de su familia, así como las dudas, los miedos y el sufrimiento de la familia del donante con la dificultad que supone tomar esa decisión en un momento tan difícil.

Una vez iniciada la novela y a medida que entraba en el mundo de los trasplantes, conocí el trabajo de los profesionales que lo realizan y la labor de las asociaciones de enfermos que trabajan incansablemente para ayudar a los pacientes y a sus familias. Fue entonces cuando me di cuenta de que aquello que estaba escribiendo iba mucho más allá de la simple literatura. Más tarde, una vez publicada la novela, conocí a personas receptoras y donantes que me han ido acompañado a las diferentes presentaciones del libro y a su difusión. Personas, ahora amigos, que me han explicado que se habían sentido plenamente identificados con lo que viven los protagonistas de la novela. Como escritora me gusta que los lectores me den su opinión; pero en el caso de este libro, me ilusionan especialmente estos testimonios y los de los lectores que afirman que desde su lectura ha cambiado su opinión hacia

la donación de órganos. Incluso algunos han acudido a hacerse el carné de donantes al acabar la novela, ¡y eso es fantástico!

El trabajo de todas estas personas y de los profesionales es esencial para que todo funcione, pero nada se pone en marcha hasta que la familia de la persona que por desgracia ha muerto, autoriza la donación de sus órganos. Por esa razón es imprescindible que quien desee ser donante se haga el correspondiente carné y, aún más importante, que informe a sus familiares. Todos podemos encontrarnos algún día en esa situación. También podemos estar al otro lado de la historia y necesitar que alguien haya decidido donar sus órganos para que nosotros podamos seguir viviendo.



Puede encontrar el libro en catalán y castellano en nuestra tienda solidaria



FRANCISCO ROMERA GIL
Socio

LA RECOMPENSA ESTÁ A LA ESQUINA

Querido amigo, todos los cambios nos afectan de alguna manera, cambiamos de residencia, se casa un hijo nuestro o afrontamos un nuevo trabajo, tanto físicamente como mentalmente. Sucede lo mismo con nuestro estado de salud. Hoy la ciencia está muy avanzada y los tratamientos son cada vez más eficaces. No obstante, si colaboramos con los profesionales en nuestra recuperación los efectos serán menores, esto debemos tenerlo claro. Es como el motor de un coche, cuando introducimos la llave el motor se pone en marcha.

Tú, como yo, eres un trasplantado eso debes tenerlo en cuenta. Es natural que antes, y sobre todo después, tu ánimo decaiga y entres en un tipo de depresión, de la que no es fácil salir. Hay que luchar, tener valor y no mirar atrás. Has vuelto a la vida, y esto es lo más importante. Te hablo desde mi experiencia, el futuro es nuestro pero hay que ganárselo.

Este es sólo el primer capítulo de mi colaboración en esta revista, nos volveremos a encontrar y mientras tanto debemos afrontar los problemas con determinación. La recompensa está a la vuelta de la esquina.



Hoy la ciencia está muy avanzada y los tratamientos son cada vez más eficaces.

[La VOZ de los PROFESIONALES



**Dr. ALEJANDRO
FORNER**

Unitat d'Oncologia Hepàtica. Servei Hepatologia.
Hospital Clinic Barcelona.

IDIBAPS. CIBERehd. Universitat de Barcelona

Carcinoma hepatocelular

El carcinoma hepatocelular (CHC) es una de las neoplasias más frecuentes a nivel mundial. A pesar de todos los avances terapéuticos acontecidos en los últimos años, se asocia a una elevada mortalidad. Aunque este cáncer puede aparecer en pacientes sin factores de riesgo, en la gran mayoría de los casos se desarrolla sobre una enfermedad hepática crónica, en particular cuando hay presente una cirrosis. Actualmente el CHC se considera una de las principales causas de muerte en pacientes afectos de cirrosis y constituye la indicación de trasplante hepático en un tercio de los casos. Los principales factores de riesgo para desarrollar una enfermedad hepática crónica y CHC son las infecciones crónicas por virus de las hepatitis B y C, el consumo de alcohol, el acúmulo de grasa en el hígado secundario a la obesidad y la diabetes, y menos frecuentemente, enfermedades autoinmunes y colestásicas. La prevención de estos factores de riesgo se asocian claramente a una disminución del riesgo de desarrollo del CHC, siendo el ejemplo más ilustrativo la drástica disminución de la mortalidad por CHC en países del Sudeste asiático tras la implementación universal de la vacunación contra el virus de la hepatitis B. Asimismo, el aumento de los índices de obesidad a nivel mundial y de consumo de alcohol, particularmente en países desarrollados, se ha asociado al mantenimiento de la incidencia de CHC a pesar la eliminación de las infecciones por virus de las hepatitis, lo que sugiere que estos dos factores de riesgo son actualmente las principales causas de CHC en nuestro medio.

Los síntomas más frecuentes del CHC son fatiga,

dolor abdominal, pérdida de peso y apetito, ictericia (pigmentación amarilla de la piel y mucosas) y malestar general. Cuando aparecen síntomas, en la mayoría de los casos la enfermedad está avanzada, las opciones de tratamiento son muy limitadas y el pronóstico es muy malo. Por tanto, la única forma de hacer un diagnóstico precoz, cuando el CHC está en estadios iniciales y son factibles tratamientos eficaces, es mediante pruebas de cribado. Por tanto, en aquellos pacientes con una cirrosis conocida, se recomienda la realización de una ecografía semestral

con la finalidad de poder realizar diagnóstico precoz del CHC. Esta ecografía debe realizarse mediante un equipamiento adecuado por especialistas en ecografía abdominal.

La detección de un nódulo hepático en una ecografía abdominal obliga a realizar diferentes estudios radiológicos con la finalidad de confirmar o descartar el diagnóstico de CHC. Las técnicas radiológicas recomendadas son la tomografía computarizada (TC o conocida coloquialmente como scanner) y la resonancia magnética (RM). Ambas técnicas precisan la inyección de un contraste por vía venosa (yodado en el caso de la TC, paramagnético en el caso de la RM) y en pacientes con cirrosis es posible realizar un diagnóstico definitivo de un CHC sin necesidad de realizar una biopsia si el nódulo hepático capta dicho contraste en fase arterial y lo lava (la lesión capta menos contraste que el resto del hígado) en fases venosas. Sin embargo, este patrón radiológico solo está presente en la mitad de los casos, por lo que en muchos casos es necesario realizar una biopsia para poder confirmar el diagnóstico. Una vez confirmado el diagnóstico, es preciso realizar un estudio de extensión para valorar si el CHC se ha diseminado fuera del hígado, produciendo lesiones en otros órganos a distancia (metástasis).

La evaluación pronóstica y terapéutica del CHC es muy compleja y se recomienda que estos pacientes sean manejados en centros con experiencia y con equipos multidisciplinares que incluyan especialistas en hepatología, cirugía hepática,

radiología, radiología intervencionista, anatomía patológica, enfermeras de práctica avanzada y oncología. Es preciso realizar un estudio de extensión preciso, evaluando el tamaño y número de lesiones dentro del hígado, y determinando la presencia de invasión de los vasos sanguíneos o desarrollo de metástasis. Además, como la

mayoría de los pacientes afectados de CHC presentan asociada una cirrosis, es imprescindible realizar una evaluación detallada de la severidad de la enfermedad hepática, que determina no solo el pronóstico, sino las opciones terapéuticas más adecuadas.

En pacientes con una cirrosis conocida, es recomendable la realización de una ecografía semestral con la finalidad de poder realizar diagnóstico precoz del CHC

El modelo pronóstico más utilizado en nuestro medio es el sistema BCLC (Barcelona Clinic Liver Cancer), que tiene en cuenta la extensión del cáncer (tamaño y número de lesiones, presencia de invasión vascular y metástasis), función hepática y presencia de síntomas asociados a cáncer, y distingue cinco grandes estadios de la enfermedad con un enfoque terapéutico diferente en cada estadio. De forma muy resumida, estos son los estadios BCLC:

- Estadio muy inicial (BCLC-0): Son pacientes con función hepática conservada que se les diagnostica un CHC único y menor de 2 cm. Los tratamientos recomendados son la resección quirúrgica y la ablación térmica (a través de la inserción de la punta de una aguja en el interior del nódulo que permite cauterizar la lesión). El pronóstico es excelente, con altas tasas de curación.
- Estadio inicial (BCLC-A): Son pacientes con función hepática conservada que se les diagnostica un CHC único o hasta tres focos, todos ellos menores de 2 cm. En pacientes con tumores únicos y ausencia de hipertensión portal clínicamente relevante, el tratamiento de elección es la resección quirúrgica. En caso de presentar más de un foco o una hepatopatía avanzada, la mejor opción terapéutica es el trasplante hepático. Si éste no fuera factible, la ablación térmica sería la opción más adecuada. En este estadio, los tratamientos disponibles son capaces de curar la enfermedad.



- Estadio intermedio (BCLC-B): Son pacientes con tumores multifocales, pero sin invasión vascular ni extensión fuera del hígado, asintomáticos y con función hepática conservada. El tratamiento de elección en muchos de estos pacientes es la quimioembolización intraarterial (conocida con las siglas del término anglosajón TACE) que se realiza mediante la liberación selectiva a través de la arteria nutricia tumoral de quimioterapia y un agente embolizante que interrumpe el flujo arterial hacia el tumor.
- Estadio avanzado (BCLC-C): Son pacientes cuyo CHC presenta invasión vascular, metástasis y/o síntomas leves asociados al cáncer, pero que mantienen una función hepática relativamente compensada. Estos pacientes deben ser tratados con tratamiento sistémico y en la actualidad las opciones de primera línea son las combinaciones de atezolizumab más bevacizumab y durvalumab más inducción con tremelimumab.
- Estadio terminal (BCLC-D): Son pacientes con disfunción hepática severa sin opción de trasplante o síntomas severos. En estos casos el pronóstico a corto plazo es muy malo, no existen tratamientos eficaces y todos los esfuerzos deben dirigirse en mejorar la calidad de vida del paciente.

El manejo terapéutico del CHC es complejo y requiere una evaluación experta en centros que dispongan de equipos multidisciplinares. Además, las opciones terapéuticas recomendadas no siempre son factibles y obligan a seleccionar tratamientos alternativos. Sirvan como ejemplos que en algunos pacientes, la localización del tumor que obligue a realizar una resección agresiva con un gran sacrificio de tejido hepático no tumoral o la presencia de comorbilidades pueden constituir contraindicaciones para una resección

quirúrgica. Asimismo, aunque el trasplante hepático está indicado en aquellos pacientes con disfunción hepática o tumores multifocales, una gran proporción de pacientes no puede plantearse esta opción por presentar contraindicaciones para su inclusión en lista de espera (por ejemplo, edad avanzada, comorbilidades asociadas, etc). Por último, un número relevante de pacientes son tratados con terapia sistémica a pesar de no presentar una enfermedad en estadio avanzado si los tratamientos locorreionales no son factibles o han fracasado.

En los últimos años hemos presenciado grandes avances en el tratamiento sistémico del CHC. Hasta hace relativamente poco tiempo, solo disponíamos de un tratamiento eficaz (sorafenib). En el momento actual, disponemos de dos combinaciones que han superado al sorafenib (atezolizumab más bevacizumab, actualmente financiado por el Sistema Nacional de Salud, y durvalumab más inducción con tremelimumab, pendiente de su aprobación). Tras el fracaso de la primera línea, existen varios fármacos que han demostrado eficacia. Lamentablemente, ninguno de estos tratamientos está financiado en nuestro país. Por último, existe la posibilidad de participar en ensayos clínicos para valorar nuevos tratamientos. Esta opción es muy recomendable en caso de no tener opciones de tratamiento por fracaso o toxicidad. El acceso a los ensayos clínicos está restringido a unos criterios de inclusión muy estrictos que determinan que no todos los pacientes puedan ser candidatos a estas opciones.

Biografía:

1.- Reig, M., Forner, A., Rimola, J., Ferrer-Fàbrega, J., Burrel, M., Garcia-Criado, Á., Kelley, R. K., Galle, P. R., Mazzaferro, V., Salem, R., Sangro, B., Singal, A. G., Vogel, A., Fuster, J., Ayuso, C., Bruix, J. BCLC strategy for prognosis prediction and treatment recommendation Barcelona Clinic Liver Cancer (BCLC) staging system. The 2022 update. *Journal of Hepatology*. 2022; Mar;76(3), 681–693.

2.- Reig, M., Forner, A., Àvila, M. A., Ayuso, C., Mínguez, B., Varela, M., Bilbao, I., Bilbao, J. I., Burrel, M., Bustamante, J., Ferrer, J., Gómez, M. Á., Llovet, J. M., de la Mata, M., Matilla, A., Pardo, F., Pastrana, M. A., Rodríguez-Perálvarez, M., Tabernero, J., Urbano, J., Vera, R., Sangro, B., Bruix, J. Diagnosis and treatment of hepatocellular carcinoma. Update of the consensus document of the AEEH, AEC, SEOM, SERAM, SERVEI, and SETH. *Medicina Clínica*. 2021; May 7;156(9), 463. e1-463.e30.

Entrevista a EVA LÓPEZ y RAQUEL GARCÍA

Enfermeras de la Unidad de Trasplante Hepático del Hospital Clínic Barcelona



EVA LÓPEZ
Enfermera de
Práctica Avanzada
de Pretrasplante
Hepático.
Hospital Clínic.



RAQUEL GARCÍA
Enfermera de Práctica
Avanzada de
Postrasplante
Hepático.
Hospital Clínic

 **Los avances tecnológicos y de la medicación nos permitirán trasplantar pacientes que ahora no se trasplantan.** 

¿Quiénes somos más complicados de llevar los enfermos, los familiares o... los médicos?

Debemos partir de la base que las relaciones humanas son complicadas porque cada uno de nosotros tenemos unas vivencias, unos valores, unas prioridades... Y eso se complica cuando estamos hablando de personas que se encuentran en un momento de su vida muy delicado, por el diagnóstico de la enfermedad, por la propuesta del trasplante, por la preocupación sobre cómo va a repercutir el trasplante en su vida, etc. Por otro lado, los profesionales tenemos nuestros objetivos terapéuticos, y alinear las necesidades de los enfermos/familiares con estos objetivos requiere una adaptación por parte de todos.

Es muy importante la relación que se establezca entre todos los actores del proceso de trasplante (enfermos, familiares, médicos, enfermeros y otros profesionales). Con los enfermos y familiares debe establecerse una relación terapéutica, y entre profesionales debe establecerse una re-

lación de colegas/compañeros. Cuando hablamos de una relación terapéutica entre enfermos/familiares y profesionales, nos referimos a una relación basada en la confianza y la transparencia, que nos permite proporcionarles los conocimientos, habilidades y actitudes necesarias para afrontar el trasplante eficazmente, a través de la escucha activa, del soporte emocional, la empatía y la motivación. La colaboración entre enfermos, familiares y profesionales es básica para que el trasplante vaya lo mejor posible.

En vuestro caso, al tener una relación continuada en el tiempo con los enfermos, ¿establecéis algún tipo de vínculo diferente con los pacientes?

Sí, se establece una estrecha relación con la gran mayoría de los enfermos en lista de espera y en todo el proceso de trasplante. La relación se inicia en un momento muy duro de su vida, y hablamos mucho y de aspectos muy importantes: la vida, la muerte, limitaciones, pérdidas, la posibi-

lidad de tener hijos... En definitiva, hablamos de todos los miedos que se generan durante todo el proceso del trasplante. Pero también trabajamos para ver la botella medio llena en una situación difícil, lo que genera momentos de distensión y sonrisas. Nos gusta pensar que las consultas de enfermería son un lugar donde tenéis tiempo para expresar sus inquietudes. Además, por nuestro trabajo nos convertimos en un profesional de referencia, que hacemos de enlace entre vosotros y otros profesionales y recursos. En el caso de la consulta de pretrasplante, ver cómo vais superando las dificultades, y que venís a saludarme y a explicarme cómo os va todo después del trasplante, es muy gratificante.

¿El estado de ánimo de un trasplantado mejora rápidamente después del trasplante?

Depende del estado anímico en el que llegue el enfermo en el momento del trasplante. Si el enfermo llega muy angustiado al trasplante, esta angustia también se refleja en el postrasplante. Por eso, en la fase de espera del órgano, también es muy importante que se trabaje el aspecto emocional. Cuando los pacientes llegan a la lista de espera de trasplante hepático, ya llevan un largo recorrido con la enfermedad, quizás han tenido que dejar de trabajar, no pueden realizar las actividades de ocio que hacían, o las han tenido que cambiar, quizás su rol dentro de la familia también haya cambiado, y sobre todo, la incertidumbre de no saber cuándo serán trasplantados y cómo será la recuperación, o cómo estará la familia del donante, hace que la mochila que llevan sea muy pesada y muy difícil de llevar. Los sentimientos y las emociones que se generan durante la espera son muy difíciles de gestionar, y no quiere decir que uno no sea fuerte o valien-

te, es que su situación es muy dura y muchas veces es necesario pedir ayuda de profesional, o de otros enfermos que ya han pasado por la experiencia. Desde la consulta de enfermería de pretrasplante, se realiza escucha activa de las emociones y se validan los sentimientos, tanto de los enfermos como de los familiares, y se proporciona apoyo emocional, pero creemos que es muy necesaria la figura de los psicólogos en esta fase. Son ellos los especialistas en proporcionar herramientas a los enfermos para gestionar la incertidumbre y angustia que genera la espera del trasplante. Afortunadamente, desde hace un año, disponemos de una psicóloga en el equipo que se encarga de este aspecto y según el feedback con los enfermos, los resultados son muy satisfactorios. Pero mientras no hemos dispuesto de esta psicóloga, el apoyo que hemos recibido del ath.cat ha sido fundamental, con el Servicio de Apoyo Psicológico, que incluye una entrevista individual con su psicóloga y la participación en los Grupos de Ayuda Mutua.

¿Qué sensación os produce si os encontráis el ingreso de un enfermo trasplantado, que no "cuida" suficientemente su nuevo órgano? Alcohol, drogas....

Cuando se produce un ingreso porque un enfermo no "cuida" lo suficiente el nuevo órgano, a nosotros siempre nos sabe mal. Sabe mal por la persona que tiene el problema en ese momento, sabe mal porque quizás los profesionales no hemos sabido transmitir al paciente los riesgos y las consecuencias de no cuidarse adecuadamente, y sabe mal por las personas que están en la lista de espera y que todavía no han tenido la posibilidad de trasplantarse. Pero no sólo debemos considerar que un paciente no cuida



suficientemente su órgano cuando recae en su enfermedad adictiva (alcohol, drogas, tabaco...), también debe considerarse que los enfermos no cuidan adecuadamente el nuevo órgano cuando no siguen la dieta recomendada y/o no realizan ejercicio, y acaban teniendo problemas cardiovasculares (ictus, infartos...). Las personas trasplantadas tienen la responsabilidad de cuidarse por sí mismos porque llegar al trasplante es duro, por respeto a los donantes y a los pacientes en lista de espera. En cualquier caso, como enfermeras siempre continuaremos ayudando al enfermo a recuperarse en cualquier circunstancia.

¿Cómo habéis visto y vivido la evolución que ha tenido el campo del trasplante hepático?

Ambas llevamos más de 20 años trabajando en el hospital. La evolución del trasplante ha cambiado mucho. Desde cómo se ve ahora el trabajo de los coordinadores de trasplante, la medicación, pasando por la técnica quirúrgica, a la forma de tratar, cuidar y curar a los enfermos. Las estancias de los pacientes trasplantados hace años eran de meses, en la actualidad hay pacientes que están 10 días. Esto supone que hemos aprendido y mejorado el manejo de estos pacientes y mejorado su supervivencia.

¿Cómo veis el futuro del trasplante hepático?

Las nuevas tecnologías ya nos permiten realizar trasplantes de donantes vivos, tenemos máquinas y soluciones que nos ayudan a preservar mejor los órganos, ya se hacen hígados con impresoras 3D, se trabaja para que la medicación inmunosupresora cada vez sea más personalizada y se busca que tenga menos efectos secundarios... Y las indicaciones de trasplante también están cambiando, porque las características de los enfermos también han cambiado en los últimos años... Todo esto significa que seguramente los avances tecnológicos y de la medicación, nos permitirán trasplantar a pacientes que quizás ahora no se trasplantan, como ocurrió en un principio con los pacientes que tenían el VIH.

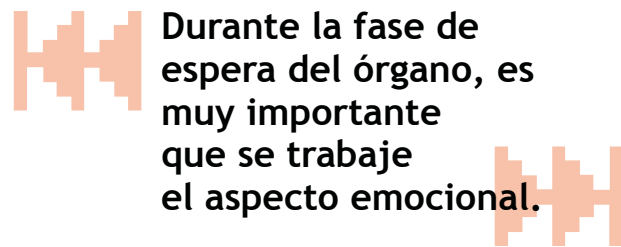
Cuando algún trasplante no sale bien, ¿cómo es la reacción de los profesionales?

Nos sabe muy mal. Lo primero que hacemos es intentar solucionar el problema que tiene el paciente en ese momento, y después revisar todo

lo que se ha hecho, por si el problema se podía haber detectado antes o por si las cosas se podrían haber hecho de otra manera. Aprender de los errores también es una forma de avanzar.

¿Tenéis algún tipo de ayuda emocional para poder sacar toda la presión del trabajo?

No tenemos una ayuda formal. Nos escuchamos entre nosotros, pero quitar la presión del trabajo depende principalmente de las habilidades y recursos personales que cada uno tiene para gestionar el estrés que genera. **Eva:** Yo camino mucho, e intento disfrutar de las cosas pequeñas del día a día. **Raquel:** Yo intento hacer deporte y disfrutar del tiempo libre.



Durante la fase de espera del órgano, es muy importante que se trabaje el aspecto emocional.

Sabemos todos que la medicación que tomamos es fuerte y con los años puede suponer alguna problemática, ¿cómo intentáis paliar las problemáticas derivadas de los medicamentos?

La medicación inmunosupresora, que es la medicación que necesitan los trasplantados para evitar el rechazo y que tendrán que tomar toda la vida, tiene muchos efectos secundarios. El objetivo del equipo de trasplante es encontrar el equilibrio entre la cantidad de medicamento que necesitan y los mínimos efectos secundarios. Para minimizar todos estos efectos secundarios, como la diabetes, la hipertensión, la obesidad... es imprescindible que los pacientes sigan unos hábitos de vida saludables: dieta mediterránea, ejercicio físico, evitar fumar y otros tóxicos, etc.

¿Las pautas de medicación serán cada vez menos agresivas?

Raquel: Diríamos que las pautas son cada vez más individualizadas. Los avances médicos nos permiten tener cada vez más datos de los pacientes: tipos de inmunidad, tipos de absorción, complicaciones que aparecen... Con estos datos el equipo médico ajusta al máximo la pauta inmunosupresora a cada paciente.

¿Qué te gusta de tu profesión y qué no te gusta?

Eva: Lo que más me gusta de mi profesión es el contacto con los enfermos, y ver que mis intervenciones contribuyen a que lleguen al trasplante en las mejores condiciones posibles. Lo que no me gusta es que teniendo los conocimientos para hacer las cosas lo mejor posible, a veces, no podemos hacerlo porque no disponemos de los recursos necesarios: tiempo, espacio, personal, material...

Raquel: A mí me gusta mucho poder acompañar en la recuperación y cuidar a los pacientes. Ver cómo la información y la educación que ofreces tiene una repercusión en los pacientes.

¿Cómo definirías el proceso o vivencia de un trasplante desde tu punto de vista?

El proceso de espera es una parte muy dura, por la incertidumbre de cuándo será, por miedo a no llegar, a veces acompañado de un deterioro físico... Después del trasplante, la mayoría de pacientes están muy contentos, muy agradecidos porque vuelven a recuperar su vida antes de ponerse enfermos. Pero también presentan miedo y angustia por si existe alguna complicación, sobre todo algún rechazo. En la gran mayoría de casos los pacientes mejoran su calidad de vida, pero también deben adaptarse a la nueva condición de salud. Los pacientes trasplantados hepáticos son pacientes crónicos, que tendrán que tomar medicación de por vida, y deben acostumbrarse a los efectos secundarios, también deben seguir controles médicos frecuentes, tienen más riesgo de algunas complicaciones,

¿Hasta qué punto el paciente depende de su hospital de trasplante para el resto de problemáticas que le puedan surgir en su vida?

Si entendemos al enfermo trasplantado como un enfermo crónico, cuando su trasplante está estable, más o menos después de dos años, sólo debería ir al especialista del hospital de referencia de trasplante una o dos veces al año. Porque hospital de referencia en una especialidad, significa que ofrece una atención y dispone de unos recursos específicos que no pueden proporcionarse en ningún otro sitio; por tanto, para el resto de especialidades/problemáticas (dermatología, ginecología, traumatología, etc.), deberían seguirse los circuitos habituales de Atención Primaria y los especialistas de zona. Esto no quiere

decir, que el equipo de trasplante no tenga que estar informado del proceso del enfermo y que no tenga que trabajar coordinadamente con los demás profesionales que atiendan a los pacientes trasplantados.

¿Cómo han afrontado tus pacientes trasplantados la pandemia y los miedos derivados de este período?

Tanto los pacientes en lista de trasplante hepáticos como los trasplantados hepáticos lo han pasado muy mal con la pandemia. Han pasado mucho miedo y han estado muy angustiados. Esto nos obligó a realizar un seguimiento más estrecho de los enfermos, vía telefónica, para aclarar toda la información que se generaba y cambiaba rápidamente, para acompañarles, ayudarles en el control de su enfermedad en el domicilio, intentar detectar complicaciones, y sobre todo escuchar sus miedos. Tenían miedo de enfermar a causa de la COVID. Tenían miedo a morir debido a la progresión de la enfermedad hepática cuando se tuvieron que dejar de hacer trasplantes, porque todos los profesionales estábamos dedicados a la COVID y no había espacios libres de esta enfermedad para que pudieran realizar la recuperación inmediata. Tenían miedo a venir al hospital si tenían alguna complicación por si se contagiaban, y cuando se reanudaron los trasplantes, tenían miedo de contagiarse tras superar la intervención. Por nosotros también todo era nuevo y era un aprendizaje diario. Nos preocupaba poder dar una buena atención a los pacientes, ofrecer información contrastada y evitar nuestro propio contagio. Tener vacunas nos ha ayudado a mejorar esta situación.



Entrevista realizada por
Silvia S. Rubio
Socia y periodista

[Compartiendo LAVIDA



PILAR PIEDRA

Pilar Piedra es una mujer que ve el mundo en positivo. De pequeña tenía asma y las enfermedades le han acompañado a lo largo de su vida. Hace nueve años le hicieron con éxito un trasplante de hígado. Vive en Pont de Suert, un pueblo rodeado de montañas en la Alta Ribagorza.

“Salí del trasplante transformada, con más fuerza para superar las dificultades”.

Pilar, ¿cómo es que viniste a vivir aquí?

Nací en un pueblecito de Aragón, Arén en la Ribagorza (Huesca), que hablan catalán. De jovencita fui a estudiar Empresariales a Barcelona y me quedé allí a trabajar en distintas empresas durante trece años. Me ofrecieron la posibilidad de ir a trabajar a Isábena, en Huesca. Primero dije que no, pero en la segunda vez que me lo propusieron acepté. Mis padres eran mayores y creí conveniente estar más cerca de ellos.

El cambio debió ser considerable...

¡Por supuesto! Hacía de secretaria-interventora de tres pueblos: Isábena, Beranui y Torrelaribera. Los tres sumados no tenían más de 500 habitantes. Fui a vivir a un pueblecito que cuando llegué no había ni alumbrado público. El paisaje de toda esta zona es hermoso. El invierno es duro y hace mucho frío, pero está bien. Ahora vivo en El Pont de Suert, un pueblo de más de 2.000 habitantes. Entre otras cosas que hago como afición ahora es aprender a tocar el piano, un instrumento que me gusta, y estudiar algo de inglés y árabe.

¿Te gusta hacer excursiones a la montaña, hacer deporte?

Ahora de mayor hago más que antes. De muy joven mis padres me protegían porque tenía asma y no me dejaban hacer esfuerzos. Cuando fui a Barcelona aprendí a nadar y es mi deporte favorito. Suelo ir regularmente a una piscina cubierta que queda cerca de donde vivo. También me gusta ir en bicicleta, hacer yoga... ahora me muevo más, es importante cuidarse. ¡Tenemos que cuidarnos!

La espera por el trasplante duró un año y medio

El hecho de vivir tan lejos de Barcelona supongo que es un inconveniente para realizar los tratamientos médicos, o ir al médico cuando te encuentras mal...

A los 30 años me diagnosticaron hepatitis C y me realizaron varios tratamientos, pero la salud se iba deteriorando. Derivó en cirrosis y cáncer en el hígado. Fue entonces cuando los médicos decidieron apuntarme a la lista para optar a un trasplante. La espera duró año y medio que se me hizo muy largo.

Trabajé hasta que no pude más. En ocasiones, cuando me encontraba muy mal, había llegado a ir a urgencias al Hospital de Viella o de Lleida que queda muy lejos de aquí. Pero cuando veían que estaba esperando un trasplante los médicos no podían hacer mucho, por precaución. Oía que decían: "no la tocamos". Y así pasé el tiempo de espera, hasta la operación.

¿Cómo fue la recuperación del trasplante de hígado? ¿Vives sola, quién te ayudó?

Tengo cuatro hermanos que me han ayudado mucho. Especialmente mi hermana que se llama Montse y vive también en El Pont de Suert. Me acompañó a Barcelona cuando me llamaron por el trasplante y estuvo conmigo los quince días que estuve hospitalizada en Vall d'Hebron. Luego también estuvo conmigo durante los dos meses que viví en un piso en Barcelona, cerca del hospital, para realizar las revisiones y los cuidados. La Asociación de Trasplantados Hepáticos nos ofreció un piso donde alojarnos al venir de fuera, hecho que se agradece mucho, pero al final no lo necesitamos.

¿La Asociación te ayudó?

Sí, me fue muy bien ver que otras personas han pasado por la misma situación y han salido adelante. Lo recomiendo totalmente, fue un apoyo importante. Después del trasplante empecé a estudiar fotografía. Al ver la cicatriz de mi herida, de cómo se iba regenerando y cerrando, pedí a otros trasplantados si me dejaban fotografiar sus cicatrices. Todos los miembros de la junta se ofrecieron voluntarios, así como otras personas de la asociación. Estas fotografías las comparé con las cicatrices que poseen algunos árboles y otros seres vivos. Todo se regenera y tiene un comportamiento similar, adaptándose y cambiando, al igual que la piel de la herida. Pensé que toda la materia tiene la misma esencia, todos somos materia biológica del propio universo, somos residuos de las antiguas estrellas.



Una exposición con fotografías de cicatrices

¿Las has expuesto estas fotografías?

Participé en el "Festival Internacional de Fotografía Emergente", de Barbastro. La exposición consistía en fotografías de cicatrices de una persona trasplantada, cubierta con papel de arroz en el que estaba dibujada la cicatriz con frases y poemas que hablaban de la vida, el tiempo, el cuerpo... Al lado había otra fotografía de un árbol, una roca, un rincón de la naturaleza que tenía la misma forma que la cicatriz de la persona que habían operado. La exposición se titulaba "La cicatriz del guerrero".



Expusiste con imágenes tus reflexiones sobre la vida y la enfermedad...

Cuando salí de la operación de trasplante de hígado vi la vida de otra forma. Me sentía distinta, transformada. Creo que cuando superamos una situación extrema salimos reforzados, tenemos más capacidad de superar las dificultades. El cambio no sólo es físico, sino también mental. De una situación adversa sacas una enseñanza. Yo siento que he dado un paso importante en mi evolución como ser humano.



¿La exposición la podremos ver en algún otro sitio?

A mí me gustaría. Algunas personas se han interesado para realizarla en otros lugares, pero la propuesta no se ha materializado. Si hay alguien

que la quiera, yo la cedo. La exposición la presento como una reflexión sobre la vida y la materia, a partir de la cicatriz que queda después de la operación. Los guerreros son todas las personas trasplantadas a las que les ha quedado esta señal.

¿La donación de órganos es suficiente en nuestro país? ¿Hay suficientes donantes?

Aunque España tiene una cifra alta de donantes, comparada con otros países, esta cifra nunca es suficiente para la demanda y las necesidades existentes. Cuando planteas a la gente la importancia de hacerse donante de órganos, ves que tienen muchas dudas, que les da miedo. Yo sin un donante no estaría aquí, no estaría viva. Una persona sola puede dar vida a otra y esto es de una generosidad muy grande. A veces, la persona que muere y quería dar sus órganos no puede hacerlo, porque la familia, en el último momento, no quiere. Sería bueno que se hicieran campañas de concienciación, para explicar cómo hacerse donante y por qué.



Entrevista realizada por
Isabel Juanola,
periodista

Recordando...

CARTA A MONTSERRAT BIARNÈS



Montse Collado

Vicepresidenta de la ath.cat.

En el año 1989 llegaste para formar parte de un pequeño grupo de personas trasplantadas en el Hospital de Bellvitge. Quién nos iba a decir entonces todos los años que compartiríamos juntas agradeciendo a nuestros donantes la gran calidad de vida que nos habían regalado. Gracias a ellos, pudimos disfrutar de ver cómo nuestros hijos crecían y se hacían hombres y mujeres, formaban sus propias familias y a nosotras nos hacían abuelas... ¡Cuántos recuerdos vividos!

Desde el principio teníamos claro que era necesario mostrar nuestro reconocimiento por el esfuerzo que había detrás de todos aquellos milagros. Ya lo habían iniciado los primeros trasplantados, que con su presencia nos demostraban que había un futuro tras el trasplante. Éste fue el fundamento que dio pie a que naciera nuestra Asociación y tú, valiente como eras, te pusiste al frente del "Club de Trasplantats Hepàtics de Bellvitge" para levantar los primeros pilares de lo que hoy día es la ath.cat.

Releyendo una carta del año 92 nos hablabas de la segunda Comida de Hermandad, de la necesidad de tener a gente dispuesta a visitar a los enfermos hospitalizados (en aquel momento no se conocía demasiado la palabra VOLUNTARIO). Nos animabas a ayudar a los compañeros que llegaban de lejos y necesitaban donantes de

sangre y de plaquetas, o un lugar para alojarse, y nosotros intentábamos ayudar en todo lo que estaba a nuestro alcance. Continuabas diciendo que teníamos que agrupar a todas las asociaciones de trasplantados para conseguir que se hiciera un monumento al Donante en la ciudad de Barcelona.



En nuestro último encuentro en tu casa recordábamos como, en aquel momento, no sería tarea fácil llevar a cabo todos aquellos proyectos y que estabas muy contenta al ver que ahora prácticamente todos se habían hecho realidad. Te fui explicando los nuevos proyectos que van surgiendo ante las necesidades de los nuevos tiempos, y cómo la gente joven que se va incorporando a la Asociación aporta conocimientos y herramientas para que todos estos proyectos se hagan realidad.

Como ves, pues, podemos estar tranquilas porque aquella gratitud a nuestros Donantes y el reconocimiento a los profesionales por su esfuerzo al darnos una mejor calidad de vida, continúan vivos en los corazones de nuestros compañeros y compañeras.

Montse, todo nuestro agradecimiento por el esfuerzo y estima al gran trabajo hecho. Descansa en Paz.

*Montserrat Biarnès nos dejó
el 19 de junio de 2022*

[AGENDA

EVENTOS Y ACTIVIDADES 2023

13-20 DE ENERO

Marató de Donants de sang)

25 DE ENERO

Tardes de T

FEBRERO

Publicación revista DONAR VIDA n.9

Ed.2023

22 DE FEBRERO

Tardes de T

16 DE MARZO

Junta Directiva

29 DE MARZO

Día Nacional del Trasplante

Tardes de T

ABRIL

Feria de Entidades de Voluntariado de Girona

Feria de la Salud de Terrassa

23 DE ABRIL

Diada de Sant Jordi

26 DE ABRIL

Tardes de T

27 DE ABRIL

Asamblea General Ordinaria

MAYO

Fires de Maig de Vilafranca del Penedès

6 DE MAYO

5ª Jornada de EL BUS DE LA SANG,

ÒRGANS I TEIXITS

17 DE MAYO

Junta Directiva

25 DE MAYO

Concierto solidario en Luz de Gas

31 DE MAYO

Tardes de T

7 DE JUNIO

Día Nacional del Donante de órganos

11 DE JUNIO

Caminata de agradecimiento al Donante

12 DE JUNIO

Día Mundial del NASH

14 DE JUNIO

Día Mundial del Donante de Sangre

28 DE JUNIO

Tardes de T

JULIO

Encuentro de verano de socios/as y simpatizantes

26 DE JULIO

Tardes de T

28 DE JULIO

Día Mundial contra la Hepatitis Vírica

13 DE SEPTIEMBRE

Junta Directiva

27 DE SEPTIEMBRE

Tardes de T

28 DE SEPTIEMBRE

2º Festival SONG VIDA

OCTUBRE

Mes del hepatocarcinoma

29 DE OCTUBRE

Tardes de T

22 DE NOVIEMBRE

Junta Directiva

25 DE NOVIEMBRE

Comida de hermandad

29 DE NOVIEMBRE

Tardes de T

3 DE DICIEMBRE

Día Internacional de las Personas con Discapacidad

5 DE DICIEMBRE

Día Internacional del Voluntariado

22 DE DICIEMBRE

Lotería



¿Quieres hacerte SOCIO, ser TEAMER, hacer un DONATIVO o ser SIMPATIZANTE de la ath.cat?

Socio: Cuota de 30€ semestrales (mayo y noviembre).

Ponte en contacto con nosotros y te enviaremos la documentación necesaria para firmar..

- Teléfono: 93 016 42 52 de lunes a viernes de 9 a 14 h.
- WhatsApp: 666 829 120
- Correo electrónico: athc@ath.cat
- En nuestra página web



Teamer: donar 1 euro al mes para los pisos de acogida

- En nuestra página web



Donativo:

- Por transferencia: llámanos al 93 016 42 52 de lunes a viernes de 9 a 14 h. y te diremos cómo hacerla.
- Con tarjeta de crédito, en nuestra tienda solidaria.



- Envíanos un correo electrónico y recibirás gratuitamente por correo electrónico toda la información de la ath.cat, incluyendo la revista y las newsletters.

DEDUCCIONES EN LA DECLARACIÓN DE LA RENTA/IRPF DE LAS CUOTAS DE SOCIO/A Y DONATIVOS A LA AMTHC

Si el total de donativos que realizas es inferior a 150 € se deduce el 80%, de la cuota anual de 60 € se deducen 48 €, la cuota te cuesta solo 12 € al año.

Si el total de donativos que realizas es superior a 150 €, de los primeros 150 € se deduce el 80% (120 €) y del resto el 35%. Si dos años consecutivos haces la misma donación o más alta, en el tercer año y sucesivos la deducción aumenta al 40%.

(El importe máximo que puedes aplicar la deducción es el 10% de la base liquidable)

¡Tú eres IMPORTANTE!

¿Quieres integrarte a nuestro voluntariado?

¡TE NECESITAMOS!

Necesitamos personas trasplantadas para nuestro voluntariado hospitalario y de apoyo emocional y personas trasplantadas o no, que puedan colaborar en los programas de sensibilización de la donación y de los pisos de acogida. También puedes ser voluntario ayudándonos puntualmente en diversas actividades.

Llámanos al 93 016 42 52 o envíanos el formulario de la página web: <https://www.ath.cat/hazte-voluntario/?lang=es>



[Colaboradores



**Ajuntament
de Barcelona**



Ajuntament de L'Hospitalet



Ajuntament de Terrassa



**AJUNTAMENT DE
SANT SADURNÍ D'ANOIA**



**AJUNTAMENT
VILAFRANÇA
DEL PENEDÈS**



**Generalitat de Catalunya
Departament de Salut**



**Generalitat de Catalunya
Departament
de Drets Socials**



Dipsalut
Organisme de Salut Pública
de la **Diputació de Girona**



ADAA
Associació D'Ajuda a l'Acompanyant
del Malalt de les Illes Balears



impremta pagès

- desde 1945 -



**Diputació
Barcelona**



Diputació Tarragona



**Agència de l'Habitatge
de Catalunya**



MAMPARAS
suministros para el vidrio



Obra Social "la Caixa"

Los proyectos, actividades y acciones que hace la ath.cat son posibles por la confianza de nuestros colaboradores.

¡¡¡MUCHAS GRACIAS!!!

¡Hacerse donante **SALVA VIDAS!**



Para ser donante de órganos (0 a 99 años):

¡Sobre todo hazlo saber a tu familia!

En [https://trasplantaments.gencat.cat/ca/detall/article/Com-fer-se-donant#gogtrans\(ca|es\)](https://trasplantaments.gencat.cat/ca/detall/article/Com-fer-se-donant#gogtrans(ca|es)) puedes informarte e imprimir tu carné de donante



También lo puedes imprimir en “La Meva Salut”:

<https://lamevasalut.gencat.cat/es/web/cps/welcome>

Aquí puedes hacer constar que eres donante en tu historia clínica en voluntades y donaciones.



Para ser donante de sangre (18 a 70 años)

Más de 50 Kg. y estar bien de salud

Infórmate en <https://donarsang.gencat.cat/es/puedo-donar/>



Para ser donante de médula ósea (18 a 40 años):

Infórmate en

https://www.fcarreras.org/ca/donants-de-medul-la_194



 **ath**.cat

ASSOCIACIÓ DE MALALTS
I TRASPLANTATS HEPÀTICS
DE CATALUNYA



DONAR VIDA

Seguim caminant!

www.ath.cat