

DONAR VIDA

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

ÈXIT DEL 1r.FESTIVAL SONG VIDA “LA MÚSICA DONA VIDA”



SABEU QUE...

- Rècord de donacions i trasplantaments a Catalunya el 2022
- Més de 400 famílies acollides en els nostres pisos compartits el 2022
- 2022: Augment de l'activitat del voluntariat hospitalari
- Hem renovat el nostre canal de YOUTUBE

 **ath**.cat

ASSOCIACIÓ DE MALALTS
I TRASPLANTATS HEPÀTICS
DE CATALUNYA



ASSOCIACIÓ DE MALALTS
I TRASPLANTATS HEPÀTICS
DE CATALUNYA

ADREÇA

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

HORARI

De dilluns a divendres de 9:00 a 14:00 h
(Demaneu cita prèvia)

CONTACTE

Telèfon: 93 016 42 52
Mòbil: 666 829 120
Correu electrònic: athc@ath.cat

XARXES SOCIALS



<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

President Josep Maria Martínez
Vicepresidenta Montserrat Collado
Secretari Gaspar Fernández
Tresorer Josep Lluís Gómez
Vocals: M. Lluïsa Tobalina
Artur Marquès
Purificación Marsá
Pere Puig
Graciela Mompó
Joan Ribas

TAULA DE REDACCIÓ

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



Versión en español disponible en la
página web www.ath.cat

Ejemplares en español: se pueden facilitar
gratuitamente, contactar con nosotros.

[SUMARI

PÀG. 3 / EDITORIAL

L'hepatitis C no pot esperar

PÀG. 4 / QUÈ HEM FET?

Principals activitats de l'AMTHC
any 2022

PÀG. 15 / SABEU QUE...

Rècord de donacions i trasplantaments
a Catalunya el 2022

Més de 400 famílies acollides en els
nostres pisos compartits el 2022

2022: Augment de l'activitat del
Voluntariat Hospitalari

Hem renovat el nostre canal de YOUTUBE

PÀG. 19 / PARAULES SORTIDES DEL COR

Recordant els donants d'òrgans i teixits
Quan vaig escriure "Noranta-sis hores"
La recompensa és a la cantonada

PÀG. 22 / LA VEU DELS PROFESSIONALS

Dr. ALEJANDRO FORNER
Carcinoma hepatocel·lular

EVA LÓPEZ i RAQUEL GARCÍA
Infermeres de la Unitat de Trasplantament
Hepàtic de l'Hospital Clínic Barcelona,
entrevistades per Sílvia S. Rubio,
sòcia i periodista

PÀG. 29 / COMPARTINT LA VIDA

PILAR PIEDRA
entrevistada per Isabel Juanola,
periodista

PÀG. 32 / RECORDANT

Carta a la Montserrat Biarnès

PÀG. 33 / AGENDA 2023

Propers esdeveniments

PÀG. 34 / VOLS FER-TE SOCI

PÀG. 34 / TU ETS IMPORTANT

PÀG. 35 / COL·LABORADORS



L'HEPATITIS C NO POT ESPERAR

L'eliminació de les hepatitis víriques és un objectiu prioritari de l'OMS (Organització Mundial de la Salut), el nostre país i la nostra entitat, l'ath.cat, hi estem especialment implicats. Això que es va albirar abans del 2019, s'ha vist afectat per la pandèmia de la COVID-19, de manera que potser és un bon moment per replantejar-nos com estem a Catalunya:

- Unes 65.000 persones tenen anticossos positius de l'hepatitis C, de les quals la meitat pateix infecció activa. Un 20% d'aquestes persones desconeix que està infectada.
- La prevalença en la població general és de l'1,02 % i la virèmia del 0.3.- 0,9 % en vies de control.
- Els col·lectius de persones més vulnerables, on es manifesten nivells de prevalença i virèmia més elevats són preocupants, tant per la seva incidència com per la dificultat de trobar i diagnosticar aquestes persones, moltes vegades marginades del propi sistema sanitari.

Una vegada determinat on són les persones a atendre, és necessari dissenyar la manera més eficient per arribar a cadascun dels col·lectius afectats, que requereixen diferents maneres d'actuar:

- **La prevenció:** Articulant un espai de confluència els Centres de Salut (CAP, Hospitals de Referència o Comarcals, Centres de Tractament). L'Administració Sanitària és la encarregada de proveir els mitjans per accedir a cada col·lectiu.
- **L'acció:** En aquest àmbit, ara i des de sempre, **l'ath està disposada a col·laborar.**
- **Evitant sempre l'estigmatització** que aquests tipus de malalties sol portar associada, bé sigui per drogodependència i altres addiccions, sida (VIH) i sexe de risc, que no responen a cap raó essencial, ja que els virus no entenen de classes, gèneres, races ni creences, simplement afecta les persones i aquí tots som vulnerables

Som-hi, perquè L'HEPATITIS C no pot esperar!

[Què hem FET?

8 DE FEBRER - BARCELONA

FOMENTEM LA DONACIÓ A L'IES PABLO RUIZ PICASSO

Varen ser dues sessions a alumnes de 4t d'ESO, amb l'objectiu de conscienciar als adolescents sobre la importància de la donació d'òrgans i sang, fent que ells mateixos descobrissin que la donació està basada en els valors de la solidaritat, la generositat, l'altruisme i l'anonimat. Les xerrades es van acompanyar de material audiovisual amè i es realitzaren de forma participativa. Esperem que s'animin a ser donants en el futur i en parlin amb les seves famílies, convertint-se en vectors de la promoció de les donacions.



7 DE MARÇ

CASTELLBISBAL (Barcelona)

XERRADES SOBRE DONACIÓ A L'INSTITUT CASTELLBISBAL

Com Associació vàrem col·laborar en les xerrades sobre donació realitzades en aquest institut, gràcies a la nostra adhesió al projecte "Altaveus de Vida" del Banc de Sang i Teixits (BST) i de l'Organització Catalana de Trasplantaments (OCATT), que compta amb voluntaris nostres com a testimonis. Les xerrades estaven adreçades a alumnes de 3r d'ESO. Es va respondre a tots els dubtes que anaven generant les nostres explicacions en els joves sobre què són les donacions tant de sang, d'òrgans i teixits.



30 DE MARÇ

L'HOSPITALET DE LLOBREGAT

DIA NACIONAL DEL TRASPLANTAMENT



DÍA NACIONAL DEL TRASPLANTE

Aquest Dia el vàrem celebrar amb els companys de la Federación Nacional de Enfermos y Trasplantados Hepáticos (FNETH), de la qual formem part, la Federación Española de Fibrosis Quística, la Federación Nacional de Asociaciones ALCER i la Federación Española de Trasplantados de Corazón (FETCO). L'objectiu principal d'aquest dia és agrair a tots els professionals que fan possible els trasplantaments la seva tasca i la seva dedicació perquè moltes persones cada any puguin tenir una segona oportunitat gràcies a un trasplantament. Això és possible per la generositat dels donants i l'esforç de tots els professionals que formen part del Sistema públic de salut.

5 DE MAIG - BARCELONA

PRESENTACIÓ DEL VÍDEO DEL PROJECTE “MIRADES”

Vídeo Mirades v4 4



Aquest vídeo, amb el que es dona a conèixer l'Associació i el Programa de pisos d'acollida, el va realitzar un grup d'alumnes d'estudis Audiovisuals de l'escola Jesuïtes Sarrià de Barcelona, en el marc d'un projecte d'aprenentatge i servei propiciat per la Federació Catalana de Voluntariat Social. La presentació fou a la sala d'actes de l'escola i varen assistir els alumnes i professors així com també representants de la nostra Associació.

Podeu veure el vídeo en el nostre canal de YouTube:
<https://youtu.be/Cdl-HsslQ28>



7 DE MAIG - TERRASSA FESTIVAL DE DANSES ORIENTALS

L'ath.cat organitzà en el Teatre Municipal aquest Festival a càrrec de "Proyecto Salamandra", que va actuar de forma altruista en benefici dels nostres pisos d'acollida. Tots els assistents varen gaudir del seu art escènogràfic en una vetllada acolorida i plena de sentiment. Més de 150 persones es van solidaritzar amb els malats i els seus familiars que necessiten suport i resideixen lluny de Barcelona, i en conseqüència sol·liciten allotjar-se en els nostres pisos d'acollida. El nostre agraïment a l'Alcalde de Terrassa Sr. Jordi Ballart i la Regidora Sra. Mónica Polo, que ens varen acompanyar en aquest Festival i ens varen donar el seu recolzament per dur-lo a terme.



13, 14 I 15 DE MAIG VILAFRANCA DEL PENEDES L'ATH.CAT A LES FIRES DE MAIG

En els tres dies de Fira vàrem tenir un estand amb voluntaris de l'Associació per donar-la a conèixer i fomentar les donacions. Vàrem rebre nombrosos visitants, entre ells l'alcalde de Vilafranca Sr. Pere Regull, a qui agraïm la seva presència. A l'Espai Demo de les Fires realitzàrem una xerrada per emfatitzar els valors de la donació i explicar el funcionament de les donacions d'òrgans, sang i medul·la òssia. Durant aproximadament una hora es va dialogar de donació i de trasplantaments i així com també visionàrem diversos vídeos que reforçaven la importància de fer-se donant. Vàrem oferir el nostre testimoni com a persones trasplantades i receptores de sang.



26 DE MAIG - SALT (Girona)

ENTREVISTA EN DIRECTE A RÀDIO SALT EN MOTIU DEL DIA DEL DONANT



Al programa "Ens patina l'embrague", realitzat per usuaris de la Fundació Drissa, entitat que treballa per a millorar la qualitat de vida de les persones amb trastorn mental, entrevistaren a l'Artur Marquès, vocal de l'ath.cat. En aquesta entrevista l'Artur comentà aspectes de la nostra Associació, els trasplantaments i les donacions, el voluntariat i els pisos d'acollida.

Podeu escoltar l'entrevista al nostre canal de YouTube:

<https://youtu.be/6J2OxtNVsnI>



1 DE JUNY DIA DEL DONANT

En aquest dia vàrem realitzar diverses iniciatives, com a Associació, es va assistir a l'acte institucional organitzat per l'OCATT a la sala d'actes de l'Hospital de Bellvitge. També vàrem estar presents a la taula de "Donem Girona" a la plaça Catalunya d'aquesta ciutat, explicant què cal fer per ser donant i distribuïm el nostre desplegable "El viatge de la vida".

Al mateix temps vàrem publicar i difondre el vídeo d'agraïment als donants "Jo soc donant...", editat per en Gaspar Fernández, secretari i responsable de comunicació. En aquest vídeo hi participen nombroses persones que són donants d'òrgans el dia que ja no hi siguin. El podeu veure al nostre canal de YouTube: <https://youtu.be/MaUIFaUkxVA>



L'endemà dia 2 es va fer una taula informativa a les consultes externes de l'Hospital Clínic, on explicàrem què cal fer per ser donant d'òrgans, sang i medul·la òssia, amb el missatge principal: la donació salva vides.



5 DE JUNY - BARCELONA

CAMINADA D'AGRAÏMENT ALS DONANTS



Hi van participar una delegació de persones de l'**ath.cat**, així com d'altres associacions i entitats. Sortirem de la Pedrera (Casa Milà) i arribarem al monument del Donant, als jardins de la Sagrada Família, amb un ambient festiu, fent palès l'agraïment als donants amb pancartes.

11 DE JUNY - BARCELONA

4a. EDICIÓ DEL BUS DE LA SANG, ÒRGANS I TEIXITS A SANTS

Aquesta jornada, organitzada per l'**ath.cat** i liderada des de la 1a edició per en Pere Puig, membre de la junta, fa que uneixi voluntaris de totes les associacions representades i l'actuació també voluntària i solidària de grups de dansa i musicals. Tothom amb la mateixa finalitat: sensibilitzar de la donació i els seus valors. Va comptar amb el suport del Banc de Sang, l'OCATT i la Fundació Josep Carreras. El Club Mediterrani va cedir una zona per fer les extraccions.

En aquesta edició es van efectuar 154 donacions de sang i/o plasma, de les quals 30 per primera vegada. Aquesta segona xifra té un valor molt alt perquè aquestes 30 persones de ben segur que continuaran essent donants. Dues persones es van inscriure al registre de donants de medul·la òssia i 27 persones es van interessar per ser donants d'òrgans. Podeu veure el vídeo de la jornada editat per en Joan Ribas, també membre de la junta:

<https://youtube.com/shorts/xSCzg2wcieg?feature=share>



12 DE JUNY

DIA INTERNACIONAL DEL NASH



En aquest Dia la nostra Associació es va adherir a la difusió del coneixement d'aquesta malaltia presentant els dos primers vídeos del nostre Projecte d'informació i de prevenció del fetge gras i l'esteatohepatitis no alcohòlica (NASH), que compta amb l'ajuda de Pfizer i que ha dut a terme el nostre grup de treball de comunicació. Aquí els podeu veure: <https://www.ath.cat/nash-2022/>



20-21 DE JUNY - BARCELONA REUNIÓ DE LA FNETH A BARCELONA

L'ath.cat va participar a aquesta trobada i vam tenir l'ocasió de compartir les nostres experiències amb les associacions de trasplantats hepàtics de l'estat. La nostra aportació foren dos pòsters titulats "Com millorar els resultats dels nostres objectius i la comunicació interna" i "Xerrada sobre la sensibilització de la donació i la prevenció de les malalties hepàtiques"



21 DE JUNY - BARCELONA FESTIVAL SONG VIDA

Amb el lema "La música dona vida", al voltant de 400 persones van donar suport a la primera edició del festival solidari celebrat a la sala Apolo de Barcelona, organitzat per l'ath.cat i liderat per la nostra sòcia Silvia S. Rubio, en col·laboració amb el Banc de Sang i l'OCATT.

El festival neix amb els objectius sensibilitzar la gent jove de les donacions i de recaptar fons per finançar els tres pisos d'acollida de l'associació. En aquesta primera edició, gràcies a les més de 400 entrades venudes, s'ha aconseguit recaptar 4136 euros.

Varen actuar desinteressadament Rude Teo, Luv Messenger, DEM, Guiu Cortés, Sandra Bautista, Lauren Nine, Julieta, Senyor Oca, Chalart58 & Matah, Ladilla Rusa i per acabar Pirat's Sound Sistema, amb un públic entregat a la música, a la donació, i a la vida. Al SONG VIDA també van venir membres d'altres entitats, com la FNETH, ANINATH, AIRE i el Club de la Cremallera, consolidant així la germanor i el suport entre projectes solidaris.

Aquí teniu el vídeo del Festival: <https://youtu.be/G8b3w6OXOMY>



19 DE JULIOL - BARCELONA TROBADA D'ESTIU DE SOCIS/ES I SIMPATITZANTS

Aquesta trobada anual va tenir lloc a la Sala d'actes del Banc de Sang i Teixits. El nostre president va donar la benvinguda a tots els presents i tot seguit realitzarem una visita a les instal·lacions gràcies a la gentilesa del personal del Banc. Finalment vàrem tenir un espai per compartir, desitjar-nos un bon estiu tot fent un picapica.



23 DE JULIOL - LA CONRERIA (Barcelona) PARTICIPACIÓ A L'ESCOLA D'ESTIU D'ANINATH

Diversos membres de l'ath.cat van participar el 23 de juliol en la 1a edició de l'Escola d'estiu de famílies amb els nostres companys d'ANINATH (Associació de Nens i Nenes amb Trasplantament Hepàtic) i de la FNETH. Vàrem dinamitzar una sessió amb els pares i mares d'ANINATH on van poder compartir les seves experiències i vivències al voltant del trasplantament dels seus fills/es. Considerem que va ser una experiència molt enriquidora.



28 DE JULIOL - EN LÍNIA PONÈNCIA A LA JORNADA “HEPATITIS C.ON SOM?”

En el Dia Mundial de les Hepatitis Viriques, l'Agència de Salut Pública de Catalunya va organitzar una webinar



on el nostre president Josep Maria Martínez va exposar la visió dels pacients respecte el procés de la malaltia hepàtica, va destacar la importància de fer cribratges per detectar nous infectats d'hepatitis C i poder-los donar el tractament adequat. També va comentar la importància de no estigmatitzar els pacients hepàtics i la necessitat que les associacions de pacients implicades en els diferents projectes siguin escoltades. Podeu veure la ponència en aquest link:
<https://youtu.be/GQhHv9UNTMo>



18 DE SETEMBRE SANTA COLOMA DE GRAMENET (Barcelona) 2a. CAMINADA SOLIDÀRIA DE MARXA NÒRDICA

L'ath.cat es va adherir a aquesta activitat organitzada per l'associació amiga AIRE en benefici dels malalts pulmonars i trasplantats. A més de participar-hi, vàrem instal·lar una carpa on voluntaris nostres oferiren informació sobre les donacions i els trasplantaments amb el nostre material de sensibilització.



MES D'OCTUBRE

MES DE L'HEPATOCARCINOMA

En el transcurs del mes d'octubre l'ath.cat s'adherí a la campanya de la FNETH per visualitzar aquest càncer que pot afectar a malalts hepàtics, especialment en cas de cirrosi de diverses causes: alcohol, hepatitis víriques cròniques i esteatohepatitis no alcohòlica/NASH. També vàrem col·laborar amb tres vídeos curts de socis fomentant l'esport i l'activitat física i amb una recepta de cuina saludable catalana, l'empedrat, com a exemple d'hàbits saludables. Vàrem ajudar a la difusió de l'abstenció d'alcohol com a mesura preventiva de les malalties hepàtiques i finalment el dia 30 diverses ciutats van il·luminar llocs emblemàtics de color verd, per representar el Dia del càncer de fetge. A Catalunya aquesta acció simbòlica es va fer a la ciutat de Terrassa, gràcies a la bona disposició de l'Ajuntament.



4 i 6 D'OCTUBRE - BARCELONA XERRADES A JOVES SOBRE ELS VALORS DE LA DONACIÓ



Vàrem realitzar dues xerrades a l'IES Quatre Cantons a alumnes de 2n d'ESO. L'activitat formava part del projecte interdisciplinari que treballaven a l'aula sobre el Cos Humà. Aquest és el quart any que ens conviden. El taller tenia com objectiu que els joves coneguin les necessitats de donació d'òrgans de la mà dels mateixos trasplantats. Els nois i noies es van interessar sobre la nostra experiència com a persones trasplantades. Vàrem centrar-nos en els valors de la donació, la gratuïtat, la solidaritat, animant-los a parlar d'aquest tema amb naturalitat a casa amb la seva família. Creiem que van entendre que ells mateixos o persones properes, en algun moment de la seva vida pot ser que arribin a tenir aquesta necessitat.

19, 20 i 21 D'OCTUBRE - SEVILLA

L'ATH.CAT ASSISTEIX A LES "JORNADES FORMATIVES" DE LA FNETH

Del 19 al 21 d'octubre, el nostre president Josep Maria Martínez i la nostra vicepresidenta Montse Collado van assistir amb representants d'altres associacions de l'estat a aquesta intensa trobada, on van rebre formació relativa a diverses malalties hepàtiques. Van realitzar un taller de com fer arribar els nostres missatges a la població i un altre d'autocura del voluntariat.

Es va presentar el "Libro de la Discapacidad Orgánica" de CO-CEMFE i el projecte de la FNETH "Cicatrices: solo tú puedes saber el valor que tienen", un llibre sobre el testimoni no només gràfic de les cicatrius, sinó també de la petjada emocional que el procés de la donació i el trasplantament deixa als trasplantats i a familiars dels donants. Posteriorment, a l'Hospital Virgen del Rocío es va fer la presentació de la exposició fotogràfica del projecte per part de la presidenta de la FNETH i representants de l'Hospital.



22 D'OCTUBRE - TERRASSA

GRAN ÈXIT DEL FESTIVAL MUSICAL LAYLA MAJNUN

A l'Auditori es va fer la representació del Musical Layla Majnun per la coneguda Associació Cultural de Terrassa **Som Bollywood**, dirigida per Isaac Panhellas. Va comptar amb una assistència de gairebé 300 persones que van gaudir de la coreografia i la música de l'obra. Mostra de la sensibilitat i el seu saber fer, una vegada més van actuar solidàriament. Els beneficis obtinguts es van dirigir al programa de pisos d'acollida de l'**ath.cat**. Hi van assistir l'Alcalde Sr. Jordi Ballart i a la Regidora de Salut Sra. Mònica Polo. En el mateix acte vàrem presentar el projecte Teaming dels pisos d'acollida.



29 D'OCTUBRE - TERRASSA

FIRA D'ENTITATS DE SALUT

Com hem fet altres anys la nostra associació va participar en la Fira d'Entitats de Salut organitzada per l'Ajuntament de Terrassa que va tenir lloc a la Plaça Vella. L'objectiu de la fira és facilitar que la ciutadania pugui conèixer entitats que treballen per la visibilitat de diferents malalties.

La nostra taula informativa va ser atesa per diferents socis que varen estar disponibles tot el dia per parlar amb els visitants de qualsevol tema relacionat amb la donació, el trasplantament i les malalties hepàtiques i la seva prevenció. Alhora oferirem informació dels nostres programes, serveis i activitats.



2 DE NOVEMBRE - VALÈNCIA

L'EXPERIÈNCIA DEL NOSTRE PROGRAMA DE VOLUNTARIAT

L'**ath.cat** fou invitada per COCEMFE Estatal a la XXVII Escuela de Otoño de Voluntariado de la Plataforma del Voluntariado de España. La nostra responsable del voluntariat Montse Collado va participar a la taula "Reflexiones del Voluntariado". Volem agrair a COCEMFE Estatal i a la FNETH la valoració de la tasca dels nostres voluntaris i la invitació a aquesta jornada.



19 DE NOVEMBRE - BARCELONA

DINAR DE GERMANOR 2022

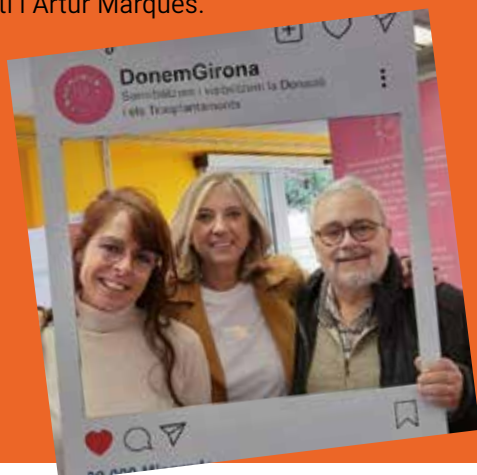


El Dinar de germanor de l'**ath.cat** aquest any va comptar amb l'assistència de gairebé 100 persones, que ens vàrem retrobar després de dos anys sense poder-ho fer per causa de la pandèmia. A més de socis, familiars i amics, van assistir representants dels hospitals Bellvitge, Clínic i Vall d'Hebron i de l'OCATT, el Banc de Sang, la FNETH, ADDA i AIRE, a qui es va reconèixer la seva tasca i la seva presència. Tot fou en un ambient festiu i amigable, que va finalitzar amb el sorteig de regals entre els assistents i les paraules d'agraïment a tothom per part del nostre president Josep Maria Martínez.

23 DE NOVEMBRE - GIRONA

EXPOSICIÓ “VIDA REGALADA”

Assistirem a la inauguració de l'exposició “Vida regalada” al vestíbul de les facultats de Medicina i Infermeria de la Universitat de Girona. És una mostra fotogràfica que es va poder veure a l'Hospital Trueta el juny passat, que homenatja els donants i les seves famílies. És una de les accions que ha promogut la plataforma “Donem Girona” que és un projecte que uneix pacients trasplantats, donants i professionals de la salut que tenen com a objectiu promoure que tothom es plantegi fer-se donant i deixar constància de la decisió. En aquest acte hi vàrem participar els nostres companys Maria Dolors Vilardell, Laura Geli i Artur Marquès.



1 DE DESEMBRE - GIRONA

“SUMEM MIRADES” DIA DEL VOLUNTARIAT



Amb el lema SUMEM MIRADES l'**ath.cat** va assistir i participar com a voluntariat del Dia a l'acte que la Delegació Territorial de Girona de la FCVS va fer a la Casa de Cultura. Va comptar amb prop de cinquanta assistents i la presència de representants de l'Ajuntament i de la Diputació de Girona, així com del president de la FCVS. La trobada va finalitzar amb la lectura del Manifest del Dia Internacional del Voluntariat 2022, per part del president de la FCVS Sr. Ramon Nicolau, que va cloure l'acte.

1 DE DESEMBRE - BARCELONA

DIA INTERNACIONAL DEL VOLUNTARIAT A L'HOSPITAL CLÍNIC

El nostre company Joan Ribas com a voluntari Programa de Voluntariat Hospitalari de l'ath.cat va participar a l'acte organitzat per l'Hospital Clínic en reconeixement al treball dels voluntaris presents a l'Hospital en motiu del Dia Internacional del Voluntariat. Es va fer agraïment públic a les persones voluntàries d'Amics del Clínic, que amb la seva tasca afegeixen valor a la qualitat humana del tracte amb els pacients. Des de la direcció és va comunicar la voluntat d'implantar un nou esquema organitzatiu del voluntariat que permeti incrementar el número de voluntaris amb l'objectiu d'establir per Amics del Clínic una entitat més visible i estable. El voluntariat és una part vital dins l'Hospital i no es vol que quedi difuminada dins l'organigrama general.



13 i 14 DE DESEMBRE - MADRID

PARTICIPEM AL "ENCUENTRO NACIONAL DE VOLUNTARIADO Y DISCAPACIDAD"

Aquesta trobada organitzada per COCEMFE Estatal a Madrid hi varen assistir persones voluntàries de totes les comunitats per intercanviar coneixements, conèixer la realitat d'altres entitats, noves formes de sensibilització i crear noves relacions i xarxes entre les entitats del moviment associatiu. La nostra companya Montse Collado, acompanyada del nostre president, va explicar el programa de l'ath.cat del voluntariat testimonial en els hospitals; aquesta modalitat: persona que ha sofert una malaltia visita una altra persona ingressada que està passant el mateix procés, és capdavantera en el món de les associacions que ens movem i suposa un suport emocional important. Per aquest motiu, la ponència de la Montse va despertar molt d'interès.



14 DE DESEMBRE - BELLATERRA

PROJECTE "DONAR SANG" DE L'ESCOLA LA VALL

Des del nostre Programa de promoció de la donació i el transplantament, vàrem realitzar una xerrada a alumnes de 3r d'ESO sobre els valors de la donació. Cada any estem convidats des del Banc de Sang a participar en la campanya "Donar sang" que organitza l'escola i implica a tota la comunitat educativa, especialment a les famílies. La xerrada tenia un missatge clar: la necessitat i la importància d'augmentar el nombre de donacions de tots tipus: de sang, òrgans, teixits i medul·la òssia, ja que les donacions salven vides. Vàrem aportar el nostre granet de sorra parlant, informant i sobre tot mostrant el nostre testimoni com a trasplantats incidint en el valors de la donació, la gratuïtat i la solidaritat.



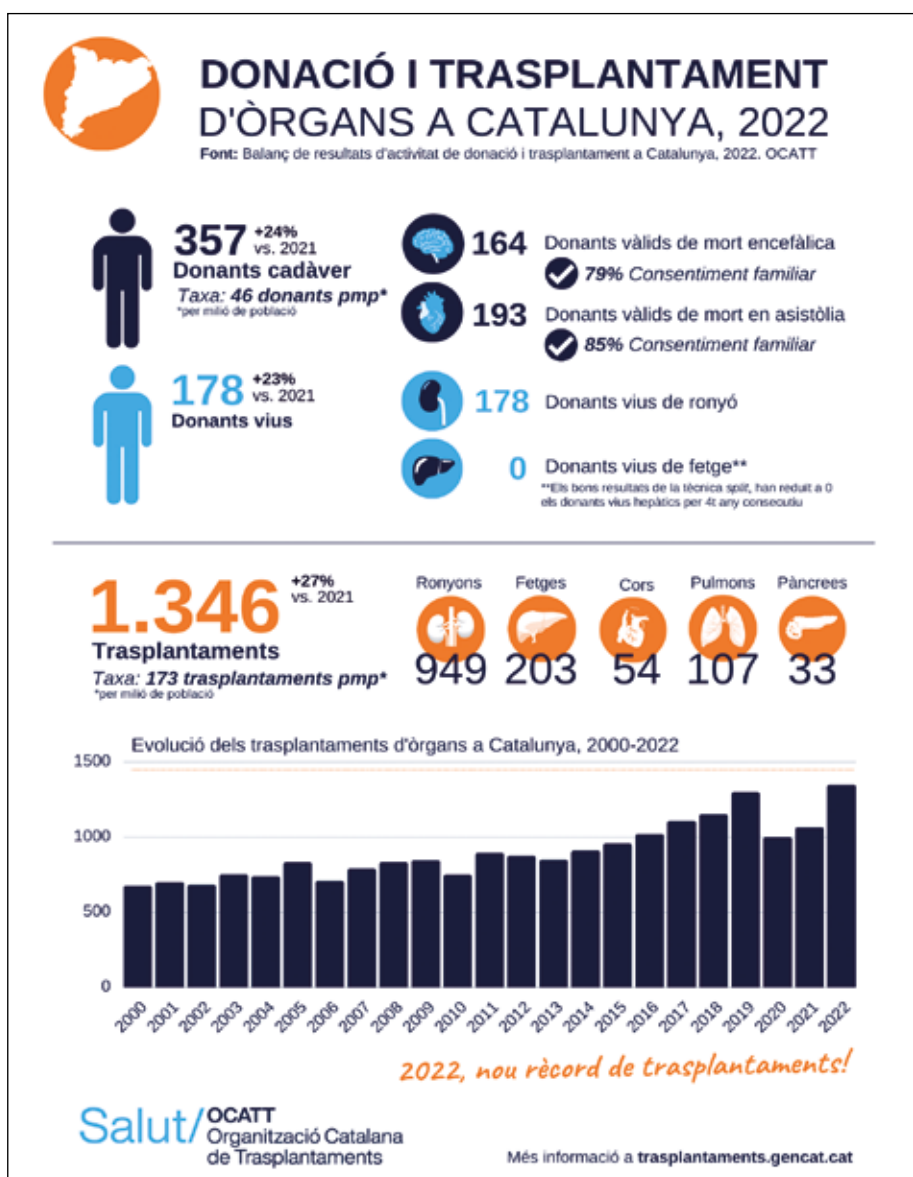
[SABEU que...

RÈCORD DE DONACIONS I TRASPLANTAMENTS A CATALUNYA EL 2022

L'OCATT ha fet balanç de la donació i trasplantament d'òrgans, teixits i cèl·lules fets a Catalunya durant l'any 2022 en un acte realitzat al Departament de Salut el dia 12 de gener, al que vàrem assistir membres de l'ath.cat.

Volem destacar que s'han realitzat 1.346 trasplantaments, un 27% més que el 2021, dels quals 61 han estat pediàtrics, xifres a les que no s'havia arribat mai. De l'àmplia informació proporcionada també és important saber que s'han dut a terme 203 trasplantaments de fetge, també xifra rècord, fet que ha reduït la llista d'espera d'aquest òrgan a només 42 persones. Catalunya es situa segurament com a capdavantera mundial en la taxa de trasplantaments per milió de població. Volem agrair aquests resultats, fruit de la solidaritat i del treball incansable, a donants, familiars, professionals i institucions.

D'altra banda, encara que les donacions també han augmentat, hem de constatar un 18% de negatives familiars a efectuar-la. Cal augmentar les donacions, la taxa d'aquestes a Catalunya per milió de població (45,8) és inferior a la del conjunt d'Espanya (46,3). Hem de fer tots plegats un esforç, no podem oblidar que a 31 de desembre de 2022 la llista d'espera per rebre un òrgan era de 1192 persones, poques menys que el 2021 (1218).



MÉS DE 400 FAMÍLIES ACOLLIDES EN ELS NOSTRES PISOS COMPARTITS EL 2022



Fa un any, a finals de 2021, dèiem que havíem arribat a acollir 228 famílies i aquesta xifra era prou satisfactòria, tenint en compte que la xifra de trasplantaments s'anava recuperant després del coronavirus. A l'any 2022, havent assolit una quantitat rècord de trasplantaments a Catalunya, hem acollit 403 famílies, gairebé el doble.

En els darrers 5 anys la nostra activitat ha seguit la següent evolució, considerant la reducció de trasplantaments provocada per la COVID-19 el 2020:

ANY	Núm. PISOS	PERNOCTACIONS	FAMÍLIES
2018	2	1583	106
2019	2	3224	194
2020	2	2623	169
2021	3	3588	228
2022	3	4512	403

Es pot observar que el número de pernoctacions ha augmentat proporcionalment, cosa que ens situa gairebé a plena ocupació. A la Memòria dels Pisos d'Acollida de 2022, que properament publicarem a la pàgina web, hi trobareu detalladament les dades d'ocupació de cada pis i la descripció dels

usuaris. D'aquests destaquem procedència, edat i sexe, centre de referència, motiu de l'estada, relació de malalt i acompanyant, parentesc dels acompanyants i patologies dels pacients. Finalment veureu el resultat de l'enquesta de satisfacció que globalment avalua sobre 10 la comoditat de l'estada (9,56) i l'atenció rebuda (9,95).

Conscients de la petició d'acollides creixent des dels propis hospitals, especialment de Vall d'Hebron, l'ath.cat, el setembre de 2021 va rebre de la Fundació Hàbitat-3, que gestiona l'adjudicació d'habitatges provinents d'herències intestades a entitats socials, un pis de 3 habitacions situat a prop de l'Hospital Vall d'Hebron. A data d'avui el seu ús està pendent del procés de reforma que ha d'executar la Fundació abans de lliurar-nos-el. Es preveu que el pis estigui a la nostra disposició dins de l'any present, o els primers mesos del vinent.

Els Programa dels Pisos d'Acollida és un dels pilars de l'ath.cat. La Junta de la nostra associació està compromesa a treballar per donar resposta a una necessitat punyent, la de famílies que provenen de lluny dels hospitals i no tenen on allotjar-se durant la intervenció o el seguiment de la malaltia dels seus estimats.

El manteniment dels pisos d'acollida necessita la teva col·laboració

Et proposem l'opció que donant 1 € al mes seràs **TEAMER DELS PISOS D'ACOLLIDA**



Teaming és una Fundació sense ànim de lucre que recull **microdonacions d'1 €** al mes per a grups sense ànim de lucre com el nostre. No cobra cap comissió ni despesa, tot el que dones va íntegrament al projecte de pisos d'acollida de l'ath.cat i es pot desgravar de l'IRPF.

www.teaming.net/pisosd-acollidacompartitperamalaltsifamiliarsnecessitats





2022: AUGMENT DE L'ACTIVITAT DEL VOLUNTARIAT HOSPITALARI

El nostre voluntariat hospitalari va recuperant la seva presència als hospitals un cop es van reduint els efectes de la COVID-19. L'any 2019, abans de la pandèmia, vàrem arribar a fer més de 300 visites anuals, xifra que es va reduir de cop en el 2020 i 2021 on només es van poder realitzar 58 i 48 visites respectivament. Aquest 2022 hem arribat a la xifra de 160 visites i esperem que enguany es puguin anar augmentant i normalitzant.

El voluntariat també ha fet 20 visites presencials als pisos d'acollida, per donar suport de tot tipus a les persones hostatjades que ho necessitaven.

Tanmateix, l'activitat de suport emocional telefònic s'ha reduït coincidint amb la reducció dels efectes de la pandèmia, passant de 332 telefonades de 2021 a les 91 de 2022. Pel mateix motiu hem passat de 461 telefonades a socis fetes l'any 2021 a les 299 del 2022.

L'equip del voluntariat actualment està conformat per sis persones, es reuneix aproximadament cada tres mesos per organitzar-se i coordinar-se i també per compartir vivències i neguits. La formació continuada és imprescindible per millorar en els aspectes necessaris. Per això l'equip ha efectuat 17 activitats formatives entre tots.

El nostre voluntariat testimonial als hospitals, consistent en que una persona trasplantada rep, si ho desitja i l'equip sanitari ho autoritza, la visita d'una altra persona trasplantada que el pot escoltar i explicar la seva vivència, és cada cop més valorat a l'àmbit associatiu. Per aquest motiu la responsable del voluntariat Montse Collado ha estat convidada a participar en jornades a València i a Madrid, relacionades amb aquest món específic del voluntariat, per explicar aquesta tasca de la nostra associació.



HEM RENOVAT EL NOSTRE CANAL DE YOUTUBE



Tot el nostre contingut audiovisual ja està disponible a YouTube. En ell hi trobareu vídeos de diverses temàtiques anteriors a l'any 2022 i tots els de 2022. Són un reflex de la nostra associació: podràs descobrir-nos, recordar moments que hi eres o altres que no vas poder ser-hi.

Aquesta ha estat la producció de 2022:

- Les trobades de "TARDES DE T".



Gener	Òmicron - 4a dosi.
Febrer	Beneficios del ejercicio físico tras un trasplante. Andrés Reneses, TRAINSPLANT.
Març	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.
Maig	Parlem de voluntariat. Marta Gubau, Federació Catalana de Voluntariat Social.
Juny	Tenir cura de la pell en pacients trasplantats. Dra. Susana Puig, Hospital Clínic.
Juliol	Recopilació de totes les "TARDES DE T". Pere Puig i Joan Ribas, ath.cat.
Setembre	Trasplantament infantil, famílies trasplantades. Rossana Martí, ANINATH.
Octubre	Conscienciació sobre el càncer de fetge. Dr. Alejandro Forner, Hospital Clínic.
Novembre	Cures psicològiques en el pacient trasplantat. Dra. Esther Jiménez, Fundació Renal Jaume Arnó.

- Vídeos de xerrades que fem en escoles i instituts.
- Els vídeos del Projecte NASH – Pfizer
 - Entrevista a la Dra. Isabel Serra sobre l'esteatohepatitis no alcohòlica (NASH)
 - Testimoni de la Sra. Lucía Pirón
- Intervencions a jornades i mitjans de comunicació.
- Activitats en les que ha participat la nostra associació.
- Els vídeos del Festival Solidari SONG VIDA i del BUS DE LA SANG, ÒRGANS I TEIXITS.
- Els vídeos curts fets en motiu de dies assenyalats.
- El vídeo dels pisos d'acollida del Projecte Mirades.

Subscriu-te al nostre canal <https://www.youtube.com/@athccat>



[Paraules sortides del COR



JOSEP LLUÍS GÓMEZ CARDONA
Tresorer de l'ath.cat

RECORDANT ELS DONANTS D'ÒRGANS I TEIXITS

He tornat a visitar una vegada més el monument als Donants d'òrgans i teixits del Parc de la Sagrada Família (Provença-Sicília), i aturant-me una estona assegut allà mateix, he pensat en els valors que vol representar aquesta obra de Judit Masana, arquitecta de l'Ajuntament de Barcelona, i tot pensant, entre d'altres destaco:

L'estructura

Els blocs que el formen, tres pedres procedents d'obres de l'Eixample de Barcelona, amb la inscripció: **"Amb les mateixes peces - hi pot jugar - més d'un."**, que podrien significar dins de la quotidianitat, la reutilització del que és habitual, del que disposem cada dia, perquè tot el que no donem es perdrà.

L'arbre

És un *Cercis siliquastrum* (arbre de l'amor), de fulla caducifòlia però que en la florida a principis de la primavera, inunda amb les seves flors en forma de cor de color rosa intens, tot l'espai.

El que representa

Independentment dels valors associats a la donació: **altruisme, solidaritat, confidencialitat i gratuïtat**, me'n venen al cap altres, perquè els

valors no son sinó virtuts convertides en hàbits, que ens ajuden a transitar, com ara **la confiança**: que seria creure més enllà del que és evident, per tenir **esperança**, que ens permetrà veure un futur millor, i per què tot això passi, ens cal mentrestant **paciència i perseverança**.

El que em fa sentir

Com ésser humà que ha rebut dos trasplantaments d'òrgans, m'han regalat dues vides, no puc sentir altra cosa que **gratitud**.

I és des d'aquest agraïment, que és molt més que donar les gràcies i que vol ser més l'expressió d'un sentiment, autèntic i generós del que els altres ens donen, ens ofereixen i ens aporten o representen en les nostres vides, que...

Agraeixo personalment i m'atreveixo a dir que els receptors (trasplantats) agraïm, als donants i les seves famílies, el gest altruista i generós de la seva donació. També a tots els que llegiu aquesta ressenya tota la gratitud per formar part de les nostres vides, per ser-hi acompanyant-nos, i entre tots nosaltres: cuidem-nos.

Nota.- Algunes frases s'han inspirat en comentaris de la Pedagoga Eva Bach, en xerrades



TERESA MARTÍ
Escriptora

QUAN VAIG ESCRIURE *NORANTA-SIS HORES*

Quan vaig escriure *Noranta-sis hores*, no tenia cap idea preconcebuda sobre el tema, sinó que la història va aparèixer a partir d'un fet que vaig viure. De fet, va ser una casualitat. La meua germana em va presentar una amiga amb qui havia compartit l'habitació de l'hospital i aquesta va comentar que estava esperançada amb l'arribada del pont del dia 1 de maig, un llarg cap de setmana de quatre dies. Després vaig saber que el motiu de la seva esperança era la possibilitat que durant aquells quatre dies hi hagués un donant. Allò em va impactar molt, ja que, era evident, que per tal que ella pogués tenir els òrgans que necessitava per viure, una altra família perdria un ésser estimat. Aquella idea em va portar a visualitzar les dues famílies, la del receptor que feia anys que esperava els òrgans i la del donant que hauria de decidir, en poques hores, si acceptava o no acceptava fer la donació.

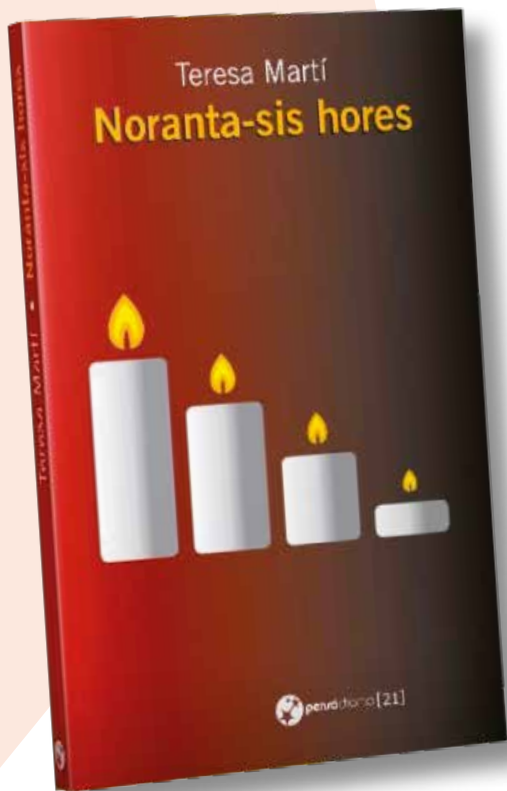
Vaig decidir escriure aquesta història i que les protagonistes fossin les dues mares que, sense arribar mai a conèixer-se, viurien de forma paral·lela una situació des de llocs totalment opo-

sats. Al llarg de la novel·la explico tot el procés que envolta un trasplantament, les il·lusions i les pors del receptor i de la seva família, així com els dubtes, les pors i el patiment de la família del donant amb la dificultat que suposa prendre la decisió en un moment tan difícil.

Un cop vaig iniciar la novel·la i vaig anar entrant en el món dels trasplantaments, vaig conèixer la feina dels professionals que s'hi dediquen i la tasca de les associacions de malalts que treballen de forma incansable per donar suport als malalts i les seves famílies. Va ser llavors, quan em vaig adonar que el que estava escrivint anava molt més enllà de la literatura. Després, un cop publicada la novel·la, he conegut persones receptors i donants que m'han acompanyat a les diferents presentacions del llibre i a la seva difusió. Persones, ara ja amics, que m'han explicat que s'havien sentit plenament identificats amb el que viuen els protagonistes de la novel·la. Com a escriptora m'agrada que els lectors em donin la seva opinió; però, en el cas d'aquest llibre, m'il·lusionen especialment aquests testimonis

i també els dels lectors que em diuen que des que han llegit el llibre ha canviat la seva opinió cap a la donació d'òrgans. Alguns d'ells, fins i tot, han anat a fer-se el carnet de donants en acabar de llegir la novel·la, i això és fantàstic!

La feina de totes aquestes persones i dels professionals és essencial perquè tot funcioni, però res no es posa en marxa fins que la família de la persona que, malauradament ha mort, no autoritza la donació dels seus òrgans. Per aquest motiu, és imprescindible que, tot aquell que així ho desitgi, es faci el carnet de donant i, el que és més important, que ho comuniqui a les seves famílies. Tots ens podem trobar, un dia o un altre, en aquesta situació. Així mateix, podem viure a l'altra banda de la història i necessitar que algú hagi decidit donar els seus òrgans a fi que nosaltres puguem continuar vivint.



Podeu trobar el llibre en català i en castellà a la nostra botiga solidària.



FRANCISCO ROMERA GIL
Soci

LA RECOMPENSA ÉS A LA CANTONADA

Benvolgut amic, tots els canvis ens afecten d'alguna manera, canviem de residència, es casa un fill nostre o afrontem una nova feina, tant físicament com mentalment. Succeeix el mateix amb el nostre estat de salut. Avui la ciència està molt avançada i els tractaments són cada vegada més eficaços. No obstant això, si col·laborem amb els professionals en la nostra recuperació els efectes seran menors, això ho hem de tenir clar. És com el motor d'un cotxe, quan introduïm la clau el motor es posa en marxa.

Tu, com jo, ets un trasplantat això ho has de tenir en compte. És natural que abans, i sobretot després, el teu ànim decaigui i entris en una mena de depressió, de la qual no és fàcil sortir. Cal lluitar, tenir valor i no mirar enrere. Has tornat a la vida, i això és el més important. Et parlo des de la meua experiència, el futur és nostre però cal guanyar-se'l.

Aquest és només el primer capítol de la meua col·laboració en aquesta revista, ens tornarem a trobar i mentrestant hem d'afrontar els problemes amb determinació. La recompensa és a la cantonada.



Avui la ciència està molt avançada i els tractaments són cada vegada més eficaços.

[La VEU dels PROFESSIONALS



**Dr. ALEJANDRO
FORNER**

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

IDIBAPS. CIBERehd. Universitat de Barcelona

Carcinoma hepatocel·lular

El carcinoma hepatocel·lular (CHC) o hepatocarcinoma és una de les neoplàsies més freqüents a nivell mundial. Malgrat tots els avenços terapèutics esdevinguts en els últims anys, s'associa a una elevada mortalitat. Tot i que aquest càncer pot aparèixer en pacients sense factors de risc, en la gran majoria dels casos es desenvolupa sobre una malaltia hepàtica crònica, en particular quan hi ha present una cirrosi. Actualment el CHC es considera una de les principals causes de mort en pacients amb cirrosi i constitueix la indicació de trasplantament hepàtic en un terç dels casos.

Els principals factors de risc per desenvolupar una malaltia hepàtica crònica i CHC són les infeccions cròniques per virus de les hepatitis B i C, el consum d'alcohol, l'acumulació de greix al fetge secundari a l'obesitat i la diabetis, i menys freqüentment, malalties autoimmunes i colestàsiques. La prevenció d'aquests factors de risc s'associen clarament a una disminució del risc de desenvolupament del CHC, sent l'exemple més il·lustratiu la dràstica disminució de la mortalitat per CHC en països del Sud-est asiàtic després de la implementació universal de la vacunació contra el virus de l'hepatitis B. Així mateix, l'augment dels índexs d'obesitat a nivell mundial i de consum d'alcohol, particularment en països desenvolupats, s'ha associat al manteniment de la incidència de CHC malgrat l'eliminació de les infeccions per virus de les hepatitis, la qual cosa suggereix que aquests dos factors de risc són actualment les principals causes de CHC en el nostre medi.

Els símptomes més freqüents del CHC són fati-

ga, dolor abdominal, pèrdua de pes i de la gana, icterícia (pigmentació groga de la pell i mucoses) i malestar general. Quan apareixen símptomes, en la majoria dels casos la malaltia està avançada, les opcions de tractament són molt limitades i el pronòstic és molt dolent. Per tant, l'única manera de fer un diagnòstic precoç, quan el CHC està en estadis inicials i són factibles tractaments eficaços, és mitjançant proves de cribratge. Per tant, en aquells pacients amb una cirrosi coneguda, es recomana la realització d'una ecografia semestral amb la finalitat de poder realitzar diagnòstic precoç del CHC. Aquesta ecografia s'ha de realitzar mitjançant un equipament adequat per especialistes en ecografia abdominal.

La detecció d'un nòdul hepàtic en una ecografia abdominal obliga a realitzar diferents estudis radiològics amb la finalitat de confirmar o descartar el diagnòstic de CHC. Les tècniques radiològiques recomanades són la tomografia computada (TC o coneguda col·loquialment com a *scanner*) i la ressonància magnètica (RM). Ambdues tècniques precisen la injecció d'un contrast per via venosa (iodat en el cas de la TC, paramagnètic en el cas de la RM) i en pacients amb cirrosi és possible realitzar un diagnòstic definitiu d'un CHC sense necessitat de realitzar una biòpsia si el nòdul hepàtic capta aquest contrast en fase arterial i el renta (la lesió capta menys contrast que la resta del fetge) en fases venoses. No obstant això, aquest patró radiològic només està present en la meitat dels casos, per la qual cosa en molts casos és necessari realitzar una biòpsia per poder confirmar el diagnòstic. Un cop confirmat el diagnòstic, cal realitzar un estudi d'extensió per valorar si el CHC s'ha disseminat fora del fetge, produint lesions en altres òrgans a distància (metàstasi).

L'avaluació pronòstica i terapèutica del CHC és molt complexa i es recomana que aquests pacients siguin tractats en centres amb experiència i amb equips multidisciplinaris que incloguin especialistes en hepatologia, cirurgia hepàtica, radiologia, radiologia intervencionista, anatomia

patològica, infermeres de pràctica avançada i oncologia. Cal realitzar un estudi d'extensió precís, avaluant la mida i nombre de lesions dins del fetge, i determinant la presència d'invasió dels vasos sanguinis o desenvolupament de metàstasi. A més, com que la majoria dels pacients afectes de CHC presenten associada una cirrosi, és imprescindible realitzar una avaluació detallada de la severitat de la malaltia hepàtica, que determina no només el pronòstic, sinó les opcions terapèutiques més adequades.

El model pronòstic més utilitzat en el nostre medi és el sistema

BCLC (*Barcelona Clinic Liver Cancer*), que té en compte l'extensió del càncer (mida i nombre de lesions, presència d'invasió vascular i metàstasi), funció hepàtica i presència de símptomes associats a càncer, i distingeix cinc grans estadis de la malaltia amb un enfocament terapèutic diferent a cada estadi. De forma molt resumida, aquests són els estadis BCLC:

- Estadi molt inicial (BCLC-0): Són pacients amb funció hepàtica conservada que se'ls diagnostica un CHC únic i menor de 2 cm. Els tractaments recomanats són la resecció quirúrgica i l'ablació tèrmica (a través de la inserció de la punta d'una agulla a l'interior del nòdul que permet cauteritzar la lesió). El pronòstic és excel·lent, amb altes taxes de curació.
- Estadi inicial (BCLC-A): Són pacients amb funció hepàtica conservada que se'ls diagnostica un CHC únic o fins a tres focus, tots ells menors de 2 cm. En pacients amb tumors únics i absència d'hipertensió portal clínicament rellevant, el tractament d'elecció és la resecció quirúrgica. En cas de presentar més d'un focus o una hepatopatia avançada, la millor opció terapèutica és el trasplantament hepàtic. Si aquest no fos factible, l'ablació tèrmica seria l'opció més adequada. En aquest estadi, els tractaments disponibles són capaços de curar la malaltia.
- Estadi intermedi (BCLC-B): Són pacients amb tumors multifocals, però sense invasió vascular ni extensió fora del fetge, asimptomàtics

En aquells pacients amb una cirrosi coneguda, es recomana la realització d'una ecografia semestral amb la finalitat de poder realitzar diagnòstic precoç del CHC.



i amb funció hepàtica conservada. El tractament d'elecció en molts d'aquests pacients és la quimioembolització intraarterial (coneguda amb les sigles del terme anglosaxó TACE) que es realitza mitjançant l'alliberament selectiu a través de l'artèria nutrent tumoral de quimioteràpia i un agent embolitzant que interromp el flux arterial cap al tumor.

- Estadi avançat (BCLC-C): Són pacients el CHC dels quals presenta invasió vascular, metàstasi i/o símptomes lleus associats al càncer, però que mantenen una funció hepàtica relativament compensada. Aquests pacients han de ser tractats amb tractament sistèmic i en l'actualitat les opcions de primera línia són les combinacions d' atezolizumab més bevacizumab i durvalumab més inducció amb tremelimumab.
- Estadi terminal (BCLC-D): Són pacients amb disfunció hepàtica severa sense opció de trasplantament o símptomes severos. En aquests casos el pronòstic a curt termini és molt dolent, no hi ha tractaments eficaços i tots els esforços s'han de dirigir a millorar la qualitat de vida del pacient.

El maneig terapèutic del CHC és complex i requereix una avaluació experta en centres que disposin d'equips multidisciplinaris. A més, les opcions terapèutiques recomanades no sempre són factibles i obliguen a seleccionar tractaments alternatius. Serveixin com a exemples que en alguns pacients, la localització del tumor que obligui a realitzar una resecció agressiva amb un gran sacrifici de teixit hepàtic no tumoral o la presència de comorbiditats poden constituir contraindicacions per a una resecció quirúrgica. Així mateix, encara que el trasplantament hepàtic

està indicat en aquells pacients amb disfunció hepàtica o tumors multifocals, una gran proporció de pacients no pot plantejar-se aquesta opció per presentar contraindicacions per a la seva inclusió en llista d'espera (per exemple, edat avançada, comorbiditats associades, etc.). Finalment, un nombre rellevant de pacients són tractats amb teràpia sistèmica tot i no presentar una malaltia en estadi avançat si els tractaments locoregionals no són factibles o han fracassat.

En els últims anys hem presenciat grans avenços en el tractament sistèmic del CHC. Fins fa relativament poc temps, només disposàvem d'un tractament eficaç (sorafenib). En el moment actual, disposem de dues combinacions que han superat el sorafenib (atezolizumab més bevacizumab, actualment finançat pel Sistema Nacional de Salut, i durvalumab més inducció amb tremelimumab, pendent de la seva aprovació). Després del fracàs de la primera línia, hi ha diversos fàrmacs que han demostrat eficàcia. Lamentablement, cap d'aquests tractaments està finançat al nostre país. Finalment, hi ha la possibilitat de participar en assajos clínics per valorar nous tractaments. Aquesta opció és molt recomanable en cas de no tenir opcions de tractament per fracàs o toxicitat. L'accés als assaigs clínics està restringit a uns criteris d' inclusió molt estrictes que determinen que no tots els pacients puguin ser candidats a aquestes opcions.

Bibliografia:

- 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 i RAQUEL GARCÍA

Infermeres de la Unitat de Trasplantament Hepàtic de l'Hospital Clínic Barcelona



EVA LÓPEZ
Infermera de Pràctica
Avançada de
Pretrasplantament
Hepàtic. Hospital
Clínic



RAQUEL GARCÍA
Infermera de Pràctica
Avançada de
Postrasplantament
Hepàtic. Hospital Clínic.

 Els avanços tecnològics i de la medicació ens permetran trasplantar pacients que ara no es trasplanten. 

Qui som més complicats de portar els malats, els familiars o... els metges?

Hem de partir de la base que les relacions humanes són complicades perquè cada un de nosaltres tenim unes vivències, uns valors, unes prioritats... I això es complica quan estem parlant de persones que es troben en un moment de la seva vida molt delicat, pel diagnòstic de la malaltia, per la proposta del trasplantament, per la preocupació sobre com repercutirà el trasplantament en la seva vida, etc. Per una altra banda, els professionals tenim els nostres objectius terapèutics, i alinear les necessitats dels malalts/familiars amb aquests objectius, requereix una adaptació per part de tots.

És molt important la relació que s'estableixi entre tots els actors del procés del trasplantament (malalts, familiars, metges, infermers i altres professionals). Amb els malalts i familiars s'ha d'establir una relació terapèutica, i entre professionals s'ha d'establir una relació de col·legues/

companys. Quan parlem d'una relació terapèutica entre malalts/familiars i professionals, ens referim a una relació basada en la confiança i la transparència, que ens permet proporcionar-los els coneixements, les habilitats i les actituds necessàries per afrontar el trasplantament eficaçment, a través de l'escolta activa, del suport emocional, l'empatia i la motivació.

La col·laboració entre malalts, familiars i professionals és bàsica perquè el trasplantament vagi el millor possible.

En el vostre cas, al tenir una relació continuada en el temps amb els malalts, establiu algun tipus de lligam diferent amb els pacients?

Sí, s'estableix una relació molt estreta amb la gran majoria dels malalts en llista d'espera i en tot el procés de trasplantament. La relació s'inicia en un moment molt dur de la vostra vida, i parlem molt i d'aspectes molt importants: la vida, la

mort, limitacions, pèrdues, la possibilitat de tenir fills... En definitiva, parlem de totes les pors que es generen durant tot el procés del trasplantament. Però també treballem per veure l'ampolla mig plena en una situació difícil, i això genera moments de distensió i somriures. Ens agrada pensar que les consultes d'infermeria són un lloc on teniu temps per expressar les vostres inquietuds. A més, per la nostra feina ens convertim en un professional de referència, que fem d'enllaç entre vosaltres i altres professionals i recursos. En el cas de la consulta de pretrasplantament, veure com aneu superant les dificultats, i que em veniu a saludar i a explicar-me com us va tot després del trasplantament, és molt gratificant.

L'estat d'ànim d'un trasplantat millora ràpidament després del trasplantament?

Depèn de l'estat anímic en què arribi el malalt al moment del trasplantament. Si el malalt arriba molt angoixat al trasplantament, aquesta angoixa també es reflexa en el postrasplantament. Per això, en la fase d'espera de l'òrgan, també és molt important que es treballi l'aspecte emocional. Quan els pacients arriben a la llista d'espera de trasplantament hepàtic, ja porten un llarg recorregut amb la malaltia, potser han hagut de deixar de treballar, no poden fer les activitats de lleure que feien, o les han hagut de canviar, potser el seu rol dintre de la família també hagi canviat, i sobretot, la incertesa de no saber quan seran trasplantats i com serà la recuperació, o com estarà la família del donant, fa que la motxilla que porten sigui molt pesada i molt difícil de portar. Els sentiments i les emocions que es generen durant l'espera són molt difícils de ges-

tionar, i no vol dir que un no sigui fort o valent, és que la seva situació és molt dura i moltes vegades és necessari demanar ajuda de professional, o d'altres malalts que ja han passat per l'experiència. Des de la consulta d'infermeria de pretrasplantament, es fa escolta activa de les emocions i es validen els sentiments, tant dels malalts com dels familiars, i es proporciona suport emocional, però creiem que és molt necessària la figura dels psicòlegs en aquesta fase. Són ells els especialistes en proporcionar eines als malalts per gestionar la incertesa i l'angoixa que genera l'espera del trasplantament. Afortunadament, des de fa una any, disposem d'una psicòloga a l'equip que s'encarrega d'aquest aspecte i segons el *feedback* amb els malalts, els resultats són molt satisfactoris. Però mentre no hem disposat d'aquesta psicòloga, el suport que hem rebut de l'ath.cat ha estat fonamental, amb el Servei de Suport Psicològic, que inclou una entrevista individual amb la vostra psicòloga i la participació en els Grups d'Ajuda Mútua.

Quina sensació us produeix si us trobeu l'ingrés d'un malalt trasplantat, que no "cuida" prou el seu nou òrgan? Alcohol, drogues....

Quan es produeix un ingrés perquè un malalt no "cuida" prou el nou òrgan, a nosaltres sempre ens sap greu. Sap greu per la persona que té el problema en aquell moment, sap greu perquè potser els professionals no hem sabut transmetre al pacient els riscos i les conseqüències de no cuidar-se adequadament, i sap greu per les persones que estan a la llista d'espera i que no han tingut encara la possibilitat de trasplantar-se. Però no només hem de considerar que un



pacient no cuida prou el seu òrgan quan recau en la seva malaltia addictiva (alcohol, drogues, tabac...), també s'ha de considerar que els malalts no cuiden adequadament el nou òrgan quan no segueixen la dieta recomanada i/o no fan exercici, i acaben tenint problemes cardiovasculars (ictus, infarts...). Les persones trasplantades tenen la responsabilitat de cuidar-se per ells mateixos perquè arribar al trasplantament és dur, per respecte als donants i als pacients en llista d'espera. En qualsevol cas, com infermeres sempre continuarem ajudant el malalt a recuperar-se en qualsevol circumstància.

Com heu vist i viscut l'evolució que ha tingut al camp del trasplantament hepàtic?

Les dues portem més de 20 anys treballant a l'hospital. L'evolució del trasplantament ha canviat molt. Des de com es veu ara la feina dels coordinadors de trasplantament, la medicació, passant per la tècnica quirúrgica, a la manera de tractar, cuidar i curar als malalts. Les estades dels pacients trasplantats fa anys eren de mesos, en l'actualitat hi ha pacients que hi estan 10 dies. Això suposa que hem après i millorat el maneig d'aquests pacients i millorat la seva supervivència.

Com veieu el futur del trasplantament hepàtic?

Les noves tecnologies ja ens permeten fer trasplantaments de donants vius, tenim màquines i solucions que ens ajuden a preservar millor els òrgans, ja es fan fetges amb impressores 3D, es treballa per tal que la medicació immunosupressora cada vegada sigui més personalitzada i es busca que tingui menys efectes secundaris... I les indicacions de trasplantament també estan canviant, perquè les característiques dels malalts també han canviat en els últims anys... Tot això significa que segurament els avanços tecnològics i de la medicació, ens permetran trasplantar pacients que potser ara no es trasplanten, com va passar en un principi amb els pacients que tenien el VIH.

Quan algun trasplantament no surt bé, com és la reacció dels professionals?

Ens sap molt greu. El primer que fem és intentar solucionar el problema que té el pacient en aquell moment, i després revisar tot el que s'ha

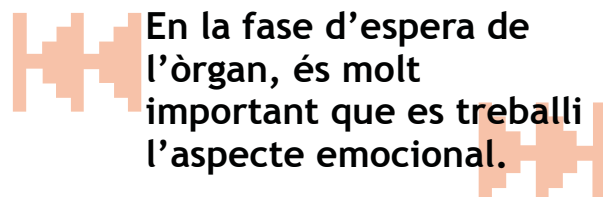
fet, per si el problema es podia haver detectat abans o per si les coses es podrien haver fet d'una altra manera. Aprendre dels errors també és una manera d'avançar.

Teniu algun tipus d'ajut emocional per poder treure tota la pressió de la feina?

No tenim un ajut formal. Ens escoltem entre nosaltres però treure la pressió de la feina depèn principalment de les habilitats i recursos personals que cada un té per gestionar l'estrès que genera.

Eva: Jo camino molt, i intento gaudir de les coses petites del dia a dia.

Raquel: Jo intento fer esport i gaudir del temps lliure.



En la fase d'espera de l'òrgan, és molt important que es treballi l'aspecte emocional.

Sabem tots que la medicació que prenem és forta i amb els anys pot suposar alguna problemàtica, com intenteu pal·liar les problemàtiques derivades dels medicaments?

La medicació immunosupressora, que és la medicació que necessiten els trasplantats per evitar el rebuig i que hauran de prendre tota la vida, té molts efectes secundaris. L'objectiu de l'equip de trasplantament es trobar l'equilibri entre la quantitat de medicament que necessiten i els mínims efectes secundaris. Per minimitzar tots aquests efectes secundaris, com són la diabetis, la hipertensió, l'obesitat,... és imprescindible que els pacients segueixin uns hàbits de vida saludables: dieta mediterrània, exercici físic, evitar fumar i altres tòxics, etc.

Les pautes de medicació seran cada cop menys agressives?

Raquel: Diríem que les pautes cada cop són més individualitzades. Els avenços mèdics ens permeten tenir cada cop més dades dels pacients: tipus d'immunitat, tipus d'absorció, complicacions que apareixen... Amb aquestes dades l'equip mèdic ajusta al màxim la pauta immunosupressora a cada pacient.

Què t'agrada de la teva professió i què no t'agrada?

Eva: El que més m'agrada de la meva professió és el contacte amb els malalts, i veure que les meves intervencions contribueixen que arribin al trasplantament en les millors condicions possibles. El que no m'agrada és que tenint els coneixements per fer les coses el millor possible, a vegades, no ho podem fer perquè no disposem dels recursos necessaris: temps, espai, personal, material...

Raquel: A mi m'agrada molt poder acompanyar en la recuperació i cuidar els pacients. Veure com la informació i l'educació que ofereixes té una repercussió en els pacients.

Com definiries el procés o vivència d'un trasplantament des de el teu punt de vista?

El procés d'espera és una part molt dura, per la incertesa de quan serà, per por a no arribar, a vegades acompanyat d'un deteriorament físic... Després del trasplantament, la majoria de pacients estan molt contents, molt agraïts perquè tornen a recuperar la vida que tenien abans de posar-se malalts. Però també presenten por i angoixa per si hi ha alguna complicació, sobretot algun rebuig. En la gran majoria de casos els pacients milloren la seva qualitat de vida però també s'han d'adaptar a la nova condició de salut. Els pacients trasplantats hepàtics són pacients crònics, que hauran de prendre medicació de per vida, i s'han d'acostumar als efectes secundaris, també han de seguir controls mèdics freqüents, tenen més risc d'algunes complicacions,

Fins a quin punt el pacient depèn del seu hospital de trasplantament per a la resta de problemàtiques que li puguin sorgir en la seva vida?

Si entenem al malalt trasplantat com un malalt crònic, quan el seu trasplantament està estable, més o menys després de dos anys, només hauria de venir a l'especialista de l'hospital de referència de trasplantament un o dos cops a l'any. Perquè hospital de referència en una especialitat, vol dir que ofereix una atenció i disposa d'uns recursos específics que no es poden proporcionar a cap altre lloc; per tant, per la resta d'especialitats/problematiques (dermatologia, ginecologia, traumatologia, etc.), s'haurien de seguir els circuits habituals d'Atenció Primària i els especialistes

de zona. Això no vol dir, que l'equip de trasplantament no hagi d'estar informat del procés del malalt i que no s'hagi de treballar coordinament amb els altres professionals que atenguin els pacients trasplantats.

Com han afrontat els teus pacients trasplantats la pandèmia i les pors derivades d'aquest període?

Tant els pacients en llista de trasplantament hepàtic, com els trasplantats hepàtics ho han passat molt malament amb la pandèmia. Han passat molta por i han estat molt angoixats. Això ens va obligar a fer un seguiment més estret dels malalts, via telefònica, per aclarir tota la informació que es generava i canviava ràpidament, per acompanyar-los, ajudar-los en el control de la seva malaltia al domicili, intentar detectar complicacions, i sobretot escoltar les seves pors. Tenien por d'emmalaltir a causa de la COVID. Tenien por de morir a causa de la progressió de la malaltia hepàtica quan es van haver de deixar de fer trasplantaments, perquè tots els professionals estàvem dedicats a la COVID i no hi havia espais lliures d'aquesta malaltia perquè poguessin fer la recuperació immediata. Tenien por de venir al hospital si tenien alguna complicació per si es contagiaven, i quan es van reprendre els trasplantaments, tenien por d'encomanar-se després de superar la intervenció. Per nosaltres també tot era nou i era un aprenentatge diari. Ens preocupava poder donar una bona atenció als pacients, oferir informació contrastada i evitar el nostre propi contagi. Tenir vacunes ens ha ajudat a millorar aquesta situació.



Entrevista feta per
Silvia S. Rubio
Sòcia i periodista

[Compartint LA VIDA



PILAR PIEDRA

És una dona que veu el món en positiu. De petita tenia asma i les malalties l'han acompanyada al llarg de la seva vida. Fa 9 anys van fer-li amb èxit un trasplantament de fetge. Viu al Pont de Suert, un poble envoltat de muntanyes a l'Alta Ribagorça.

“Vaig sortir del transplantament transformada, amb més força per superar les dificultats”.

Pilar, com és que vinguessis a viure aquí?

Vaig néixer en un poblet d'Aragó, Areny, a la comarca de Ribagorça, que parlen català. De jove neta vaig anar a estudiar Empresariats a Barcelona i m'hi vaig quedar a treballar en diferents empreses durant tretze anys. Em van oferir la possibilitat d'anar a treballar a Isàvena, a Osca. Primer vaig dir que no, però a la segona vegada que m'ho van proposar vaig acceptar. Els meus pares eren grans i vaig creure convenient estar més a prop d'ells.

El canvi devia ser considerable...

I tant! Feia de secretària-interventora de tres pobles: Isàvena, Beranui i Tor-la-ribera. Tots tres sumats no tenien més de 500 habitants. Vaig anar a viure a un poblet que quan vaig arribar no hi havia ni enllumenat públic.

El paisatge de tota aquesta zona és bonic. L'hivern és dur i hi fa molta fred però s'hi està bé. Ara visc al Pont de Suert, un poble de més de 2.000 habitants. Entre altres coses que faig com afició ara és aprendre a tocar el piano, un instrument que m'agrada, i estudiar una mica d'anglès i àrab.

T'agrada fer excursions a la muntanya, fer esport?

Ara de gran en faig més que abans. De molt jove els pares em protegien perquè tenia asma i no em deixaven fer esforços. Quan vaig anar a Barcelona vaig aprendre a nedar i és el meu esport preferit. Acostumo a anar regularment a una piscina coberta que queda a prop d'on visc. També m'agrada anar amb bicicleta, fer ioga... ara em moc més, és important cuidar-se. Ens hem de cuidar!

L'espera pel trasplantament va durar un any i mig

El fet de viure tan lluny de Barcelona suposo que és un inconvenient per fer els tractaments mèdics, o anar al metge quan et trobes malament...

Als 30 anys em van diagnosticar hepatitis C i em van fer diversos tractaments però la salut s'anava deteriorant. Va derivar a cirrosi i càncer al fetge. Va ser llavors que els metges van decidir apuntar-me a la llista per optar a un trasplantament.

L'espera va durar un any i mig que se'm va fer molt llarg.

Vaig treballar fins que no vaig poder més. A vegades, quan em trobava molt malament, havia arribat a anar a urgències a l'Hospital de Viella o de Lleida que queda molt lluny d'aquí. Però, quan veien que estava esperant un trasplantament els metges no podien fer gaire res, per precaució. Sentia que deien: "no la toquem". I així vaig passar el temps d'espera, fins a l'operació.

Com va ser la recuperació del trasplantament de fetge? Vius sola, qui et va ajudar?

Tinc quatre germans que m'han ajudat molt. Sobretot la meva germana que es diu Montse i viu també al Pont de Suert. Em va acompanyar a Barcelona quan em van cridar pel trasplantament i va estar amb mi els quinze dies que vaig estar hospitalitzada a Vall d'Hebron. Després també va estar amb mi durant els dos mesos que vaig viure en un pis a Barcelona, a prop de l'hospital, per fer les revisions i les cures.

L'Associació de Trasplantats Hepàtics ens va oferir un pis on hostatjar-nos al venir de fora, cosa que s'agraeix molt, però no ens va caldre.

L'Associació et va ajudar?

Sí, em va anar molt bé veure que altres persones han passat per la mateixa situació i se n'han sortit. Ho recomano totalment, va ser un recolzament important.

Després del trasplantament vaig començar a estudiar fotografia. Al veure la cicatriu de la meua ferida, de com s'anava regenerant i tant, vaig demanar a altres trasplantats si em deixaven fotografiar les seves cicatrius. Tots els membres de la junta s'hi van oferir voluntaris, i també altres persones de l'associació. Aquestes fotografies les vaig comparar amb les cicatrius que tenen alguns arbres i altres éssers vius. Tot es regenera i té un comportament semblant, adaptant-se i canviant, igual que la pell de la ferida. Vaig pensar que tota la matèria té la mateixa essència, tots som matèria biològica del propi univers, som residus de les antigues estrelles.



Una exposició amb fotografies de cicatrius

Les has exposades, aquestes fotografies?

Vaig participar al "Festival Internacional de Fotografia Emergent", de Barbastro. L'exposició consistia en fotografies de cicatrius d'una persona trasplantada, coberta amb paper d'arròs en el qual hi havia dibuixada la cicatriu amb frases i poemes que parlaven de la vida, el temps, el cos... al costat hi havia una altra fotografia d'un arbre, una roca, un racó de la natura que tenia la mateixa forma que la cicatriu de la persona que havien operat.

L'exposició es titulava "La cicatriu del guerrer".



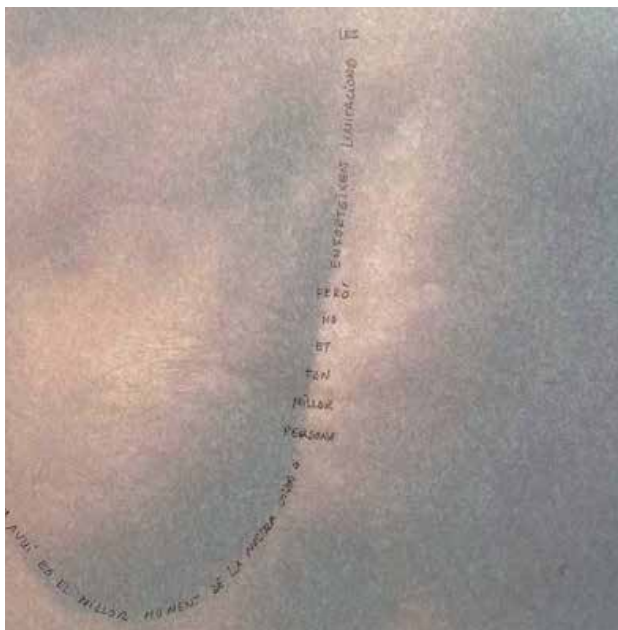
Vas exposar amb imatges les teves reflexions sobre la vida i la malaltia...

Quan vaig sortir de l'operació de trasplantament de fetge vaig veure la vida d'una altra manera. Em sentia diferent, transformada.

Crec que quan superem una situació extrema en sortim reforçats, tenim més capacitat de superar les dificultats.

El canvi no és només físic, sinó també mental.

D'una situació adversa en treus un ensenyament. Jo sento que he fet un pas important en la meua evolució com a ésser humà.



L'exposició la podem veure a algun altre lloc?

A mi m'agradaria. Algunes persones s'han interessat per fer-la a altres llocs però la proposta

no s'ha materialitzat. Si hi ha algú que la vulgui, jo la cedeixo.

L'exposició la presento com una reflexió sobre la vida i la matèria, a partir de la cicatriu que queda després de l'operació. Els guerrers són totes les persones trasplantades a les quals els ha quedat aquest senyal.

La donació d'òrgans és suficient al nostre país? Hi ha prou donants?

Tot i que Espanya té una xifra alta de donants, comparada amb altres països, aquesta xifra mai no és suficient per la demanda i les necessitats que hi ha. Quan plantejes a la gent la importància de fer-se donant d'òrgans, veus que tenen molts dubtes, que els fa por.

Jo sense un donant no seria aquí, no estaria viva. Una persona sola pot donar vida a una altra i això és d'una generositat molt gran.

A vegades, la persona que mor i volia donar els seus òrgans no ho pot fer, perquè la família, en l'últim moment, no ho vol.

Seria bo que es fessin campanyes de conscienciació, d'explicar a la gent com es pot fer donant i per què.

Entrevista feta per
Isabel Juanola,
periodista



Recordant...

CARTA A LA MONTSERRAT BIARNÈS



Montse Collado
vicepresidenta de l'ath.cat.

L'any 1989 vas arribar per formar part d'aquella petita colla de persones trasplantades a l'Hospital de Bellvitge. Qui ens havia de dir llavors tots els anys que compartiríem plegades agraint als nostres donants la gran qualitat de vida que ens havien regalat. Gràcies a ells vam poder gaudir de com els nostres fills es feien homes i dones, formaven les seves famílies i a nosaltres ens feien àvies... tants i tants records viscuts!

Des del principi teníem clar que era necessari fer un gran reconeixement a tot l'esforç que hi havia darrera d'aquells miracles. Ja ho havien començat a fer els primers trasplantats, que amb la seva presència ens feien veure que hi havia futur després del trasplantament. Aquest va ser el fonament que va donar peu que nasqués la nostra Associació i tu, valenta com eres, et vas posar al front del "Club de Trasplantats Hepàtics de Bellvitge" per aixecar els primers pilars del que és ara l'ath.cat.

Rellegint una carta de l'any 92 ens parlaves del segon Dinar de Germanor, de la necessitat de tenir gent disposada a visitar els malalts a l'hospital (en aquell moment encara no es coneixia prou la paraula VOLUNTARI). Ens encoratjaves per ajudar els companys que venien de lluny i necessitaven donants de sang i de plaquetes o un lloc per allotjar-se, i nosaltres miràvem de donar

un cop de mà en tot el que podíem. Continuaves dient que havíem de fer pinya amb altres associacions de trasplantats per aconseguir fer un monument al Donant a la ciutat de Barcelona.

En l'última trobada a casa teva recordàvem aquell moment. Estàvem convençudes que

portar a terme tots aquells projectes no seria un camí fàcil i em deies que estaves molt contenta de veure que ara pràcticament tots ells s'havien fet realitat. Et vaig anar explicant els nous projectes que van sorgint davant les necessitats dels nous temps i com la gent jove que es va incorporant a la Associació aporta uns coneixements i unes eines que, de segur, faran possible que tots, a la llarga, siguin aconseguits.

Com veus, doncs, podem estar tranquil·les perquè aquella gratitud als nostres Donants i el reconeixement als professionals pel seu esforç al

donar-nos una millor qualitat de vida, continuen vius dins els cors de tots els companys i companyes que van arribant.

Montse, tot el nostre agraïment pel teu esforç i estimació a la tasca feta.

Descansa en Pau.

*La Montserrat Biarnès ens va deixar
el 19 de juny de 2022.*



[AGENDA

ESDEVENIMENTS I ACTIVITATS 2023

13-20 DE GENER

Marató de Donants de Sang

25 DE GENER

Tardes de T

FEBRER

Publicació revista DONAR VIDA n.9

Ed.2023

22 DE FEBRER

Tardes de T

16 DE MARÇ

Junta Directiva

29 DE MARÇ

Dia Nacional del Trasplantament

Tardes de T

ABRIL

Fira d'Entitats del Voluntariat de Girona

Fira de la Salut de Terrassa

23 D'ABRIL

Diada de Sant Jordi

26 D'ABRIL

Tardes de T

27 D'ABRIL

Assemblea General Ordinària

MAIG

Fires de Maig de Vilafranca del Penedès

6 DE MAIG

5a. Jornada el BUS DE LA SANG, ÒRGANS I
TEXITS

17 DE MAIG

Junta Directiva

25 DE MAIG

Concert Solidari a Luz de Gas

31 DE MAIG

Tardes de T

7 DE JUNY

Dia Nacional del Donant d'òrgans

11 DE JUNY

Caminada d'agraïment al Donant

12 DE JUNY

Dia Mundial del NASH

14 DE JUNY

Dia Mundial del Donant de Sang

28 DE JUNY

Tardes de T

JULIOL

Trobada d'estiu de socis/es i simpatitzants

26 DE JULIOL

Tardes de T)

28 DE JULIOL

Dia Mundial contra l'Hepatitis Vírica

13 DE SETEMBRE

Junta Directiva

27 DE SETEMBRE

Tardes de T

28 DE SETEMBRE

2n. Festival SONG VIDA

OCTUBRE

Mes de l'hepatocarcinoma

29 D'OCTUBRE

Tardes de T

22 DE NOVEMBRE

Junta Directiva

25 DE NOVEMBRE

Dinar de Germanor

29 DE NOVEMBRE

Tardes de T

3 DE DESEMBRE

Dia Internacional de les Persones amb

Discapacitat

5 DE DESEMBRE

Dia Internacional del Voluntariat

22 DE DESEMBRE

Loteria



Vols fer-te SOCI, ser TEAMER, fer un DONATIU, ser SIMPATITZANT de l'ath.cat?

Soci: Quota de 30€ semestrals (maig i novembre).

Posa't en contacte amb nosaltres i t'enviarem la documentació necessària per signar.

- Telèfon: 93 016 42 52 de dilluns a divendres de 9 a 14 h.
- WhatsApp: 666 829 120
- Correu electrònic: athc@ath.cat
- A la nostra pàgina web



Teamer: donar 1 euro al mes pels pisos d'acollida

- A la pàgina web



Donatiu:

- Per transferència: telefona'ns 93 016 42 52 de dilluns a divendres de 9 a 14 h. i et direm com fer-la.
- Amb targeta de crèdit, a la nostra botiga solidària.



- Envia'ns un correu electrònic i rebràs gratuïtament per correu electrònic tota la informació de l'ath.cat, incloent la revista i les newsletters.

DEDUCCIONS EN LA DECLARACIÓ DE RENDA/IRPF DE LES QUOTES DE SOCI/A I ELS DONATIUS

Si el total de donatius que fas és inferior a 150€ es desgrava el 80%: dels 60€ de quota anual es dedueixen 48€, la quota et costa només 12€ cada any.

Si el total de donatius que fas és superior a 150€ dels primers 150€ es dedueix el 80% (120€) i de la resta el 35%. Si dos anys consecutius fas el mateix donatiu o superior, en el tercer any i successius la deducció augmenta al 40%.

(La quantitat màxima que pots aplicar la desgravació és el 10% de la base liquidable)

Tu ets IMPORTANT!

Vols integrar-te al nostre voluntariat?

ET NECESSITEM!

Necessitem persones trasplantades pel nostre voluntariat hospitalari i de suport emocional i persones trasplantades o no, que puguin col·laborar en els programes de sensibilització de la donació i dels pisos d'acollida. També pots ser voluntari ajudant-nos puntualment en diverses activitats.

Telefona'ns al 930164252 o envia'ns el formulari de la pàgina web:
<https://www.ath.cat/fes-te-voluntari/>



[Col·laboradors



**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"

Els projectes, activitats i accions que fem a l'athc.cat són possibles per la confiança dels nostres col·laboradors.

MOLTES GRÀCIES!!!

Fer-se donant **SALVA VIDES!**



Per ser donant d'òrgans (0 a 99 anys):
Sobretot fes-ho saber a la teva família!

A <https://trasplantaments.gencat.cat/ca/detall/article/Com-fer-se-donant> tens tota la informació i podràs imprimir el teu carnet de donant.



També el pots imprimir a "La Meva Salut":
<https://lamevasalut.gencat.cat/web/cps/welcome> a voluntats i donacions.
Aquí pots accedir o registrar-te i fer constar que ets donant a la teva història clínica.



Per ser donant de sang (18 a 70 anys)
Més de 50 Kg. i estar bé de salut

Informa't a <https://www.donarsang.gencat.cat/ca/puc-donar/>



Per ser donant de medul·la òssia (18 a 40 anys):

Informa't a:
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