

DONAR VIDA

REVISTA DE L'ASSOCIACIÓ DE MALALTS I TRASPLANTATS HEPÀTICS DE CATALUNYA • N.º. 11 / EDICIÓ 2025

ÉXITO ROTUNDO DE LAS I JORNADAS DE LA ATH.CAT

Aprendamos juntos sobre
las enfermedades hepáticas



SABÉIS QUE...

- Catalunya mantiene una de las tasas más altas del mundo en trasplantes
- En la ath.cat ofrecemos nuevos servicios para el 2025
- Celebración de los 30 años de vida de la ATH
- Nuestra razón de ser

 **ath**.cat
30 anys

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
(Solicitar antes cita previa)

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: Pere Puig
Tesorero: Matías Domínguez
Vocales: M. Lluïsa Tobalina
Purificación Marsá
Gaspar Fernández
Graciela Mompó
Joan Ribas
Magda Ballesté

MESA DE REDACCIÓ

revistadonarvida@ath.cat

Josep Maria Martínez
Gaspar Fernández
Isabel Valdivieso
Joan Ribas
David Ingles



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

Ejemplares en catalán: se pueden facilitar
gratuitamente, contacte con nosotros.

[SUMARIO

PÁG. 3 / EDITORIAL

¡Gran éxito de las Jornadas!

PÁG. 4 / ¿QUÉ HEMOS HECHO?

Principales actividades de la AMTHC
año 2024

PÁG. 8 / EN LA ATH OFRECEMOS...

Asesoramiento legal - Apoyo psicológico
Trabajadora social

PÁG. 9 / SABÉIS QUE...

1.300 vidas recuperadas en Catalunya
el año 2024 gracias a la donación de
órganos

PÁG. 10 / NOTICIAS...

I Jornadas de la ath.cat
Song vida, el festival de la donación

PÁG. 15 / PALABRAS SALIDAS DEL CORAZÓN

Dilema interno
Agradecimiento al personal "no médico"
Un cambio

PÁG. 18 / LA VOZ DE LOS PROFESIONALES

DRA. EVA ROMÁN
El rol de las Enfermeras de Práctica
Avanzada en la Cura de Pacientes con
Enfermedades Hepáticas
DRA. ISABEL SERRA
La epidemia creciente del hígado graso,
como detectarla y pararla

PÁG. 22 / CIFRAS

PÁG. 23 / RECORDANDO...
DR. JOAN FABREGAT PROUS

PÁG. 25 / AGENDA 2025
Próximos Eventos

PÁG. 26 / ¿QUIERES HACERTE
VOLUNTARIO?

PÁG. 26 / ¡TU ERES IMPORTANTE!

PÁG. 27 / COLABORADORES

¡Gran éxito de las Jornadas!

Las I Jornadas “Aprendemos juntos sobre las enfermedades hepáticas”, han sido un acontecimiento clave para nuestra asociación, y no podemos más que sentir un profundo orgullo por su éxito. Estas jornadas, celebradas el pasado mes de junio, han acontecido un punto de encuentro excepcional para profesionales de la salud, pacientes y familiares, consolidándose como un espacio donde el conocimiento y la experiencia han confluído con una calidad que tenemos que destacar.

La calidad de los ponentes ha sido uno de los elementos más valorados. Contar con especialistas de reconocido prestigio nos ha permitido abordar las enfermedades hepáticas desde diferentes perspectivas: avances médicos, investigación, experiencias de los pacientes y las necesidades futuras en el ámbito de la salud hepática. Este enfoque multidisciplinario ha enriquecido la comprensión de nuestras problemáticas y ha abierto puertas a nuevas oportunidades de colaboración.

Otro aspecto que hay que destacar es la visibilidad que estas jornadas nos han dado como asociación. Hemos conseguido situarnos como referente en nuestro ámbito, promoviendo la importancia del acompañamiento, la investigación y la divulgación en las enfermedades hepáticas. Esta visibilidad es clave para continuar sensibilizando la sociedad y reivindicando las necesidades de los pacientes trasplantados y afectados por enfermedades hepáticas.

También es importante poner en valor el papel de todos aquellos que han hecho posible este acontecimiento: los ponentes, los participantes, los voluntarios y las instituciones que han apoyado la jornada. Sin su implicación y entusiasmo, este éxito no habría sido posible. Gracias a todos vosotros, hemos demostrado la importancia de trabajar juntos por un objetivo común.

Pero esto no es más que un comienzo. Las I Jornadas de nuestra asociación han sido un primer paso que nos motiva a continuar organizando este tipo de acontecimientos. Nos impulsa a hacer todavía más por la comunidad, para aportar conocimiento, compartir experiencias y trabajar para la mejora de la calidad de vida de las personas que conviven con estas enfermedades.

Con este éxito a nuestras espaldas, nos comprometemos a seguir trabajando con la misma dedicación e ilusión. Continuaremos apostando por espacios de intercambio que nos permitan avanzar como colectivo y como sociedad. El futuro nos ofrece muchas oportunidades, y las aprovecharemos para continuar creciendo juntos.

Muchas gracias por hacerlo posible.

¡Seguimos adelante!

[¿Que hemos HECHO?

ALGUNAS DE LAS ACTIVIDADES QUE HEMOS HECHO DURANTE EL 2024

CHARLAS A INSTITUTOS

De todas las charlas hechas en institutos para informar a los jóvenes sobre la donación de órganos destacamos estas:

10 DE ENERO

**INSTITUTO APEL·LES MESTRES
(HOSPITALET DE LLOBREGAT)**

Nuestros compañeros hicieron la presentación y conversaron con los alumnos de Primero de Bachillerato.

25 DE ABRIL

**INSTITUTO MILÀ Y FONTANALS
(VILAFRANCA DEL PENEDÈS)**

Esta charla estuvo dirigida a los alumnos de auxiliar de enfermería.

22 DE OCTUBRE

**INSTITUTO TRES FONTS
(BARCELONA)**

Colaboramos con @donarsang en una charla donde explicábamos nuestras experiencias sobre donación y trasplantes.



JORNADAS

15 DE ENERO

SEMANA DE LAS ENFERMEDADES HEPÁTICAS (VALL DE HEBRÓN)

En la sala de actos de Gerencia del Hospital, dentro del Acto de inauguración se celebró la mesa redonda "Detección temprana en Diferentes Ámbitos de la Salud", donde nuestro presidente Josep Maria Martínez presentó una ponencia.



25 DE MARZO

CONGRESO DE FORMACIÓN DEL VOLUNTARIADO (VALL DE HEBRÓN)

Donde se habló de derechos y deberes, herramientas, prevención de riesgos, autoprotección, profundización en el ámbito de la salud.



7 DE ABRIL

DÍA DEL TRASPLANTE (GIRONA) - COMPARTIMOS CAMINO

Se habló del apoyo a los receptores de un trasplante desde el punto de vista de los profesionales sanitarios, que acompañan y guían a los pacientes, pero también desde la experiencia, el voluntariado y los servicios que ofrecen las diversas asociaciones de pacientes.



26 DE SETIEMBRE PREMIO WHC (HOSPITAL CLÍNICO)

El ath.cat participó el año pasado en un proyecto piloto del Hospital Clínico, donde voluntarios hospitalarios estaban acompañados por estudiantes de la ESO, en sus visitas a planta. Esta iniciativa ha sido premiada internacionalmente.



27 DE NOVIEMBRE JORNADA COMUNICACIÓN PACIENT-PROFESIONAL (HOSPITAL CLÍNICO)

En esta jornada se hizo énfasis a la relación de comunicación y confianza entre profesionales y pacientes.



MESAS INFORMATIVAS

En días señalados hemos puesto paradas para hacer llegar nuestra información a todos los ciudadanos

23 DE ABRIL

SANT JORDI (DELANTE DEL HOSPITAL DE SANT PAU)



18 DE MAYO

FERIAS DE MAYO (VILAFRANCA DEL PENEDÈS)



1 DE JUNIO

BUS DE LA SANG (BARRIO DE SANTS)



ACTIVIDADES A FAVOR DE LA ATH.CAT

Hemos estado presentes en diversas actividades

3 DE FEBRERO CONCIERTO SOLIDARIO DR. GONZO (LUZ DE GAS)

La recaudación va dirigida a entidades sin ánimo de lucro como la nuestra.



25 DE MAYO HOMENAJE A MORFI GREY (HOSPITALET)

Nos encontramos en la Sala Salamandra del Hospitalet, para homenajear a nuestro compañero trasplantado hepático Miguel Ángel Sánchez, conocido por Morfi Grey, líder de la mítica banda de punk-rock "La Banda Trapera del Río".



9 DE JUNIO CAMINATA DE AGRADECIMIENTO AL DONANTE (BARCELONA - CASA MILÀ)

El 9 de junio, centenares de personas se reunieron en la Pedrera (Casa Milà) para participar en la "Caminata de Agradecimiento al Donante".

El acontecimiento tenía un objetivo claro: concienciar sobre la importancia de la donación de órganos y expresar gratitud a los donantes.



1 DE DICIEMBRE RITMOS SOLIDARIOS (TERRASSA)

Artistas de la ciudad han colaborado generosamente en el Festival "Ritmos Solidarios" organizado por Black & Decker y la Asociación de Enfermos y Trasplantados Hepáticos de Cataluña, con la colaboración del Ayuntamiento de Terrassa.



FIESTAS RELACIONADAS CON NOSOTROS

Hemos sido altavoz de las fiestas relacionadas con nosotros.

23 DE FEBRERO

40 ANIVERSARIO PRIMER TRASPLANTE HEPÁTICO (HOSPITAL BELLVITGE)

El Hospital de Bellvitge ha sido referente en trasplante hepático desde la primera intervención realizada el 23 de febrero de 1984 hasta la actualidad.



5 DE JUNIO

DÍA DEL DONANTE DE ÓRGANOS Y TEJIDOS

La unión de trasplantados de órganos sólidos celebra el Día Nacional del Donante bajo el lema "SUMA VIDA, MULTIPLICA VIDAS".



OCTUBRE

MES DEL CÁNCER HEPÁTICO

Desde el año 2018 el mes de octubre es el mes de la concienciación del Cáncer Hepático.



3 DE DICIEMBRE

DÍA INTERNACIONAL DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD

El 3 de diciembre, la ath.cat y COCEMFE Cataluña se unieron en la plaza Universidad para visibilizar las realidades de las personas con discapacidad física y orgánica.



[En la ATH ofrecemos...

ASESORAMIENTO LEGAL

La ath.cat tiene un convenio con el despacho profesional GARCÍA MOLINOS ABOGADOS, que está en la calle Balmes, 109, pral. 1ª; 08008 Barcelona.

¿Qué ofrece este convenio?

Consultas jurídicas relacionadas con la enfermedad, tales como la invalidez, temas laborales, y reclamación de seguros de enfermedad y de invalidez.

¿Quién lo puede utilizar?

Socios/as de la ath.cat o cualquier persona no asociada que lo necesite debido a su enfermedad.

¿Qué cubre?

La primera consulta es gratuita. Las consultas sucesivas, en caso de efectuarse, serán a cuenta de la persona que las solicite.

¿Cómo se accede?

Se debe enviar un correo electrónico al buzón ath.garciamolinosabogados@gmail.com explicando el caso e indicando un teléfono de contacto. Posteriormente el despacho de abogados contactará con la persona interesada para concretar cómo se hará la primera consulta.



Estamos a su disposición para ayudarles a resolver sus dudas jurídicas relacionadas con la enfermedad.

AYUDA PSICOLÓGICA

¿Qué ofrece el Servicio de soporte psicológico?

Psicoterapia: es un tratamiento psicológico que a partir del malestar mental o físico de la persona se promueven cambios de humor, comportamiento, salud física y emocional, así como la integración de la identidad psicológica y el bienestar de personas o grupos como parejas o familiares.

Asesoramiento psicológico: intervenciones cortas consistentes en sesiones informativas, orientación y apoyo emocional ante la toma de decisiones sobre situaciones que requieren intervención inmediata.

¿Cómo puedo acceder?

Para acceder a este servicio debes ser o hacerte socio/a de la ATMHC, de esta manera tienes tres visitas gratuitas y más tarde, si se necesitan más visitas, un precio reducido. Las psicólogas Beatriz Canales (adultos) y Adelaida Blanch (niños) tienen experiencia en pacientes trasplantados o en lista de espera de trasplante.

Si necesitas el servicio o deseas más información, ponte en contacto con la Asociación por teléfono 640 12 39 21 o envía un correo a llobregatathc@ath.cat

El horario de las consultas se concretará con las psicólogas y se llevarán a cabo en Barcelona.

TRABAJADORA SOCIAL

Nuestra trabajadora social Laia Cleries puede responder cualquier pregunta que tengas sobre las ayudas y ventajas oficiales que puedas recibir derivadas de tu situación.

También te puede orientar en temas de reconocimiento de discapacidad.

Podéis contactar con ella de lunes a viernes de 9 a 13 h y exponerle vuestro caso.

- por teléfono 640 96 57 92
- por correo electrónico treballsocial@ath.cat

Atiende telefónicamente, telemáticamente o de forma presencial, en este caso pedir cita previa.

[SABÉIS que...

1.300 VIDAS RECUPERADAS EN CATALUÑA EN 2024 GRACIAS A LA DONACIÓN DE ÓRGANOS

1.300 trasplantes de órganos que nos mantienen en excelentes niveles; somos una referencia en el mundo, pero esto no habría sido posible sin la solidaridad de los donantes y sus familias, que han hecho un regalo de vida y esperanza a las personas trasplantadas.

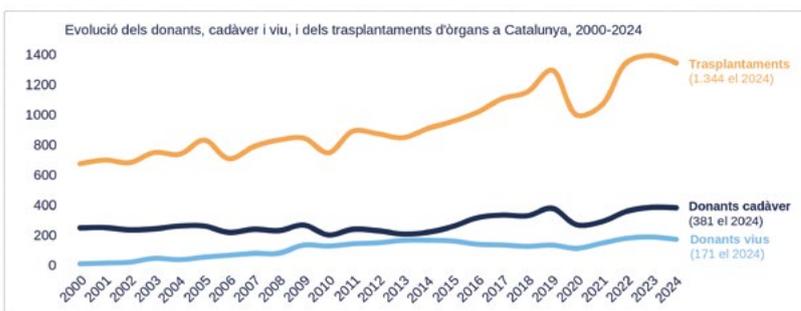
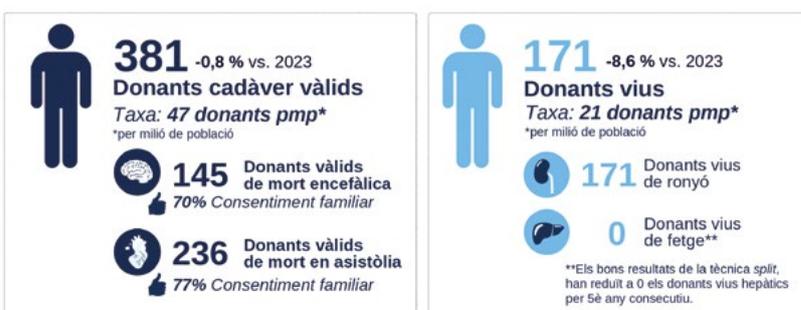
Y también por la labor de los profesionales sanitarios y no sanitarios, y del trabajo colaborativo y en red de los hospitales catalanes que suman esfuerzos para la consecución de estos buenos resultados.

¡Muchas gracias!

Los 1.344 trasplantes de órganos realizados en Cataluña representan una media de 3,7 intervenciones al día y, pese al descenso de la actividad respecto a 2023 (-3,5%), Cataluña mantiene una de las tasas de trasplantes más altas del mundo, con 165 trasplantes por millón de población (pmp).

Por tipos de órgano, en 2024 han aumentado de manera importante los trasplantes cardíacos (65; +16,1%) y los pancreáticos (39; +18,2%), con un nuevo récord de actividad, y en menor medida, los pulmonares (105; +2,9%). Por el contrario, se han reducido ligeramente los trasplantes hepáticos (224; -0,9%) y, de forma más evidente, los renales (911; -6,7%).

Activitat de donació i trasplantament d'òrgans a Catalunya, 2024



Font: Balanç de resultats d'activitat de donació i trasplantament a Catalunya. OCATT, 2025.

Però... **1.441** persones (a 31/12/2024) segueixen esperant la seva oportunitat...



Salut/OCATT
Organització Catalana de Trasplantaments

Col·lecció d'infografies de l'Organització Catalana de Trasplantaments. Contacte: ocatt@catsalut.cat

[Noticias...

I JORNADAS DE LA ATH.CAT



VEN A CONOCER
LA JOYA DE TU CUERPO
12 - 13 JUNIO THE SOCIAL HUB

Éxito rotundo de las I Jornadas de la ath.cat

La Asociación de Enfermos y Trasplantados Hepáticos de Cataluña (ath.cat) ha tenido el honor de organizar unas jornadas dedicadas a abordar las cuestiones más relevantes en este ámbito de la salud.

Estas Jornadas, con el título «El hígado, la joya de tu cuerpo», se han realizado los días 12 y 13 de junio en el hotel Social Hub de Barcelona, coincidiendo con el Día Internacional del NASH. Hemos celebrado el 30 aniversario de la ath.cat, el 40 aniversario del primer trasplante hepático en el Hospital de Bellvitge y el 20 aniversario de la **Federación Nacional de Enfermos y Trasplantados Hepáticos (FNETH)**. Con el fin de aprender conjuntamente sobre las enfermedades hepáticas, han sido un éxito rotundo, reuniendo expertos, profesionales de la salud y pacientes para abordar temas clave.

Se han tratado cuestiones significativas como los adelantos en el tratamiento de las hepatitis

víricas, las estrategias de prevención del cáncer hepático, las nuevas investigaciones sobre enfermedades del hígado relacionadas con los hábitos no saludables, así como estrategias innovadoras para mejorar la calidad de vida de los pacientes. La Asociación está orgullosa de contribuir al diálogo e intercambio de ideas que ayudarán a mejorar el apoyo y la atención a los afectados de enfermedades hepáticas.

Todas las ponencias de las I Jornadas de la ath.cat en nuestro canal de YouTube



En nuestro canal encontraréis todas las intervenciones sobre los varios temas relacionados con las enfermedades hepáticas que se trataron en las sesiones de las jornadas.

30 AÑOS DE VIDA DE LA ATH.CAT

El pasado 29 de noviembre celebramos con gran éxito el 30 cumpleaños de nuestra asociación. El acto, que contó con la asistencia de 120 personas, entre profesionales de la salud, pacientes, familiares y amigos fue una jornada llena de emociones, reencuentros y agradecimientos.

La celebración fue conducida por la periodista Aurora Massip y amenizada con la música de *Ritmonautas, donde se reconoció la tarea imprescindible de los profesionales sanitarios, así como el compromiso y la fuerza de federaciones de asociaciones, voluntarios, cuidadores y donantes. También dedicamos un espacio especial para recordar tres décadas de lucha, apoyo mutuo y adelantos en el campo de las enfermedades hepáticas.

Este cumpleaños nos llena de orgullo y nos anima a continuar trabajando para ofrecer apoyo, información y acompañamiento a todas las personas que lo necesiten.

¡Gracias de todo hígado a todos y todas los que formáis parte de esta gran familia!

RECONOCIMIENTOS

Hospital Universitario de Bellvitge

- **Recoge Dra. Laura Lladó:** Jefe Clínico de Cirugía Hepática y presidenta de la Sociedad Catalana de Trasplante.
- **Entrega Graciela Mompó:** Voluntaria y miembro de la Junta de la ath.cat.

Hospital Universitario de la Vall de Hebron:

- **Recoge Dra. Itxarone Bilbao:** Jefe Clínico del Servicio de Cirugía Hepatobiliopancreática e intestinal.
- **Entrega Gaspar Fernández:** Responsable de la Comunicación, delegado en Hospitalet de Llobregat y miembro de la Junta Directiva de la ath.cat.

Hospital Clínico de Barcelona:

- **Recoge Dr. Ramon Batallé:** Jefe del Servicio de Hepatología.
- **Entrega Joan Ribas:** Voluntario en el Hospital Clínico y miembro de la Junta directiva.



OCATT (Organización Catalana de Trasplantes)

- **Recoge Dr. Jaume Tort:** Director de la Organización Catalana de Trasplantes del Servicio Catalán de Salud.

BST (Banco de Sangre y Tejidos)

- **Recoge Sra. Cristina Valverde:** Jefe del Área de Promoción de la Donación.
- **Entrega Pere Puig:** Responsable proyecto "El Bus de la Sangre", proyecto pisos de acogida y secretario de la Junta Directiva de la ath.cat.



COORDINADORES DE TRASPLANTES

- **Dra. Núria Masnou:** Le haremos llegar.
- **Dr. David Paredes:** Coordinador de Donación y Trasplantes del Hospital Clínico de Barcelona.
- **Entrega Magda Ballester:** Representante en Tierras de Lleida y miembro de la Junta de la ath.cat.



FNETH (Federación Nacional de Enfermos y Trasplantados Hepáticos)

- **Sra. Eva Pérez:** Presidenta de la FNETH.

COCEMFE (Confederación Española de personas con Discapacidad física y orgánica)

- **Sr. Frederic Crespo:** Presidente de COCEMFE Catalunya.
- **Sra. Esther Jolonch:** Vicepresidenta de COCEMFE Catalunya.
- **Entrega Josep Maria Martínez:** Presidente de l'ath.cat.



INSTITUCIONES

Ayuntamiento de Terrassa

- **Recoge Sra. Laura Rivas:** Regidora de salud.

Ayuntamiento de Vilafranca

- **Recoge Sra. Anna Doblas:** Exregidora de salud.

Diputació de Barcelona:

Sr. Josep Ramon Mut.

Ayuntamiento del Hospitalet, Ayuntamiento de Barcelona, Diputació de Tarragona y Diputació Girona:

Se los haremos llegar.

- **Entrega Josep Maria Martínez:** Presidente de la ath.cat.



PERSONAS – ASOCIACIONES

ADAA - Asociación de Ayuda al acompañante del Enfermo de las Islas Baleares

- **Recoge Sra. Mercedes Alvarado:** Gerente de ADAA.
- **Entrega: Sr. Pere Puig:** Responsable proyecto "El Bus de la Sangre", proyecto pisos de acogida y secretario de la Junta Directiva de la ath.



- **Dra. Eva Román: Profesora EUI Sant Pau:** Gestora de pacientes con Enfermedades Hepáticas – Hospital Santa Cruz y Sant Pau.

- **Entrega Joan Ribas:** Miembro de la Junta de la ath.cat.



- **Sra. Anna Doblas:** Exregidora del Ayuntamiento de Vilafranca.
- **Sra. Eva Candela:** (En su nom recogerá Carlota Menéndez), diputada en el Parlamento de Catalunya.
- **Sra. Mònica Polo:** Exregidora del Ayuntamiento de Terrassa y miembro de la Asociación Todos contra la Histiocitosis.

- **Entrega Josep Maria Martínez:** Presidente de la ath.cat.



JUNTAS ANTERIORES

Inicio del Club de Trasplantes de Bellvitge Montse Biarnés:

Presidenta (recogen sus hijos Montse, Andreu y Ma. Teresa).

- **Entrega: Montse Collado:** Vicepresidenta delegada a Vilafranca del Penedès y coordinadora de voluntariado de la ath.cat.

Club de Trasplante de Catalunya Montse Collado:

presidenta

- **Entrega: Dra. Carme Balieles:** Hepatóloga, jubilada este año, del Hospital Universitario de Bellvitge.

Asociación de Trasplantes Hepáticos de Catalunya Josep Vilaseca:

(Le haremos llegar).

Asociación de Enfermos y Trasplantados Hepáticos de Catalunya: Josep M. Martínez:

Presidente.

- **Entrega: Dr. David Paredes:** Coordinador de trasplantes del Hospital Clínico.



VOLUNTARIADO

- **M. Lluisa Tobalina**
- **Marisa Simón**
- **Entrega Montse Collado**



- **Francesc Subirana:** Miembro de anteriores juntas de la ath, y delegado en Madrid en la FNETH representando a la ath.
- **Artur Marquès:** Socio, representando en Comarcas Gerundenses y miembro de anteriores juntas de la ath. cat.
- **Entrega Puri:** Delegada en el Vallès y miembro de la Junta de la ath.cat.



Un acto de reconocimiento a la imprescindible labor de los profesionales sanitarios, instituciones, federaciones de asociaciones, voluntarios, cuidadores y donantes.

Muchas gracias.



AL CUIDADOR

- **Recoge Carme Alba:** Cuidadora y colaboradora del ath.cat.
- **Entrega Magda Ballesté:** Miembro de la Junta y representante en Tierras de Lleida de la ath.cat.



AL DONANTE

- **Recoge Rosa Maria Murcia:** Donante y socia de la ath.cat.
- **Entrega Josep M Martínez:** Presidente de la ath.cat.





SONG VIDA, EL FESTIVAL DE LA DONACIÓN

La ath.cat organiza este Festival anual con los objetivos de:

- Hacer un llamamiento especialmente dirigido a la juventud a hacerse donante de órganos el día que ya no estás y de sangre, tejidos y médula ósea en vida.
- Obtener recursos económicos por el Programa de pisos de acogida compartidos, destinados a personas trasplantadas o de otras patologías y sus familiares necesitados que viven lejos de los hospitales.

2ª EDICIÓN 2024

Un festival musical solidario multibandas para disfrutar de la música en directo y bailar a la vida, con el objetivo de concienciarnos sobre la importancia en la donación de órganos, sangre, tejidos y médula ósea.

- 210 asistentes
- 7 cantantes y grupos actuando de manera altruista
- 9 asociaciones de pacientes nos apoyaron, la *OCATT y el Banco de Sangre y Tejidos.

4 de octubre, en la sala Salamandra del Hospitalet de Llobregat (Barcelona).



¡Porque LA MÚSICA DA VIDA!

[Palabras salidas del CORAZÓN

DILEMA INTERNO

Me siento sola, pero no estoy sola. Quiero llorar, pero no puedo llorar. No sé si no puedo o no quiero. Mi cuerpo me dice que llore, mi corazón me dice que llore, pero mi cabeza me pregunta porqué.

Y empieza un diálogo interno.

- ¿Por qué quieres llorar?
- Porque estoy agobiada.
- ¿Y por qué estás agobiada?
- Por todo esto que me pasa.
- Pasará, paciencia.
- Y porque estoy rabiosa.
- ¿Por qué?
- Porque no es justo que me pase a mí. Y porque me siento inútil.
- Mejor esto que otras cosas peores, ¿no? Estás viva, tienes la cabeza clara, ahora estás mal pero poco a poco mejorarás. Pasaré, paciencia.
- Estoy un poco harta de tanta paciencia. Quiero llorar.
- Pues llora si quieres.

He llorado sola, me he desahogado, me he quitado un peso que me oprimía. He visto que no estoy sola, tengo la familia, los amigos, las enfermeras, auxiliares y estudiantes que están aquí, que me dan la mano. Pero por esta maldita pandemia no tengo aquel abrazo energético. Los abrazos “involuntarios” para ayudarme a no caer de la cama o ponerme

de pie han hecho un mini efecto reparador. Y mi diálogo interno sigue:

- ¿Ves cómo ha ido bien?
- Tenías razón, esta vez yo, el cerebro fuente de la razón, iba equivocado, me siento aliviada.
- A veces va bien. Como también va bien reír. Reír por nada, por pequeñas tonterías.
- Ay,... Tendré que ser un poco menos razonable y dejarme ir. Ha sido una gran experiencia.
- Pues vamos, que haciendo piña volveremos a ser la persona que éramos y con más conocimiento.

**Sí, volveré a luchar,
a ser yo y a vencer.**





AGRADECIMIENTO AL PERSONAL “NO MÉDICO”

Escribo esto confinada en casa por el COVID-19. Recuerdo los meses que pasé el año 2018 en una habitación de la quinta planta del hospital. Tuve días buenos, malos y muy malos pero las enfermeras y auxiliares siempre estaban conmigo. A veces me enfadaba porqué tardaban en contestarme, pero después pensaba que no solo estaba yo en aquella planta, que había otra gente y quizás alguien peor que yo.

Lo que más me aliviaba de mis males, a parte de los calmantes, era la sonrisa del personal de enfermería, a veces desde detrás de una mascarilla porqué estaba aislada y tenían que entrar “disfrazadas”, pero sus ojos reflejaban la sonrisa y la preocupación por mí.

Un día que estaba muy mal, recuerdo despertarme y medio dormida noté una mano que me sujetaba. Me sentí reconfortada, querida y me dio fuerzas para seguir luchando.

Las pequeñas “broncas” que la gallega me daba para que comiera, pero que siempre me buscaba aquello que me gustaba más.

La manía que tenía Tamara de hacerme un moño y yo quejándome me lo dejaba hacer para oír la reír y que estuviera un rato conmigo.

Anna que era mi ángel de la guarda. Como esperaba que llegara el turno de tarde para verla. Era mi alegría, aquella sonrisa, aquella alegría

que se contagiaba y hacía que la noche fuera mejor.

A Arianna y Judit que me explicaban claramente lo que me ponían y que tenía que hacer y esperaba las horas que me daban la medicación o venían a intentar encontrarme una vena donde ponerme la vía que después de tantas veces no había vena que fuera buena.

Sentir sus manos, el abrazo de Teresa cuando emocionalmente estaba destrozada y no quería más pruebas, ni más pinchazos y no podía ni moverme debido a estar tantos días en cama.

Emma que venía con las doctoras y se preocupaba mucho por mí.

Y tantas y tantas otras enfermeras y auxiliares que estuvieron conmigo día a día, noche a noche. Tanta paciencia y tan buen trabajo que hacen.

Y no quiero olvidarme a Isabel, que limpiaba cada día la planta. Siempre tan correcta, eficiente y con una sonrisa.

Fueron días duros, y ahora pienso en los enfermos que están solos, que no tienen los familiares que puedan estar con ellos. Ellas fueron mi segunda familia durante aquellos meses y sé que ahora hacen la misma función con los enfermos actuales.

¡Muchas gracias a todos y todas!



Después del trasplante, florecen sentimientos que traduje en palabras escritas.

(Escrito el año 2018)

ISABEL VALDIVIESO - lvaldi63@gmail.com

UN CAMBIO

Un fuerte golpe nos hace mover bruscamente.

—¿Chicos, qué ha pasado? —pregunté a mis compañeros.

—No lo sé —respondió el otro soltero del grupo.

—¿Estáis todos bien?

—Sí, sí —respondieron las parejas que están detrás y arriba.

El otro soltero nos dice: —No sé qué pasa pero no oigo nada desde el control central, no hay comunicación.

—Se habrá colgado el sistema con el golpe, tranquilos pronto volverá a funcionar.

El otro soltero, que es un poco mandón y le gusta que todos vayamos a su paso, dice: —De momento vosotros id haciendo como siempre, y ya veremos qué pasa.

La pareja de arriba empieza a quejarse: —Nos estamos ahogando, necesitamos más aire y no tenemos... ah, ah, ya está, de alguna manera nos llega. ¡Uf! que sano que es respirar.

—¿Ooooooh qué es esto?, luz, el techo se está abriendo. Ei, no me toquéis, me hacéis daño, dejadme, dejadme... Compañeros se me llevan. ¿A vosotros también? ¿Dónde nos llevan? ¿Por qué nos separan?

—Tengo miedo, mucho miedo, me han dejado en un lugar frío, y no os veo,... y está oscuro, muy oscuro, tengo sueño, pero tengo que seguir haciendo,... tengo sueño...

—¿Eo, dónde estoy? ¿Quién me ha despertado?

Vuelve a haber luz, vuelven a tocarme, ay dejadme, dejadme tranquilo,...

—¿Quiénes sois vosotros? Os parecéis mucho a mis compañeros, pero no lo sois.

—¿Y tú quién eres? ¿Y dónde se han llevado a nuestro compañero enfermo? —me responde una pareja.

—Yo no lo sé, y no entiendo nada. ¿Por qué me tocan y me hacen cosquillas y pellizcos?... Ahora se vuelve a oscurecer, veo un techo como el que tenía antes, un poco más blando y grasiento... Los que me tocaban se han ido... Y vosotros, ¿qué hacéis aquí?

—Trabajar y luchar —me dice el soltero—, como has de hacerlo tu. Por cierto, ¿cómo te llamas?

—He oído que me llamaban hígado.

Todo esto lo imaginé mientras me recuperaba del trasplante de hígado que me hicieron el febrero de 2018. Me puse en "la piel" de mi nuevo hígado, desde el donante hasta llegar a mí.

Doy las gracias a todos los componentes del equipo de trasplante hepático, médicos, enfermeras, auxiliares, secretaria, celadores, señoras de la limpieza, y todos los que cuidaron de mí e hicieron el pequeño milagro de devolverme a la vida.

Y de todo corazón, dar las gracias al donante y a su familia por el acto de generosidad de dar una parte de su cuerpo para mantenerme con vida.

Y recordad:

Donar órganos, es dar vida.

[La VOZ de los PROFESIONALES



**Doctora
EVA ROMÁN**

Enfermera de Práctica Avanzada
Gestora de pacientes con enfermedades hepáticas
Profesora de la EUI-Sant Pau

El Rol de las Enfermeras de Práctica Avanzada en la Cura de Pacientes con Enfermedades Hepáticas

Las enfermedades hepáticas son un desafío que afecta miles de personas, que altera no solo su salud física, sino también el bienestar emocional y la calidad de vida. La labor de las enfermeras de práctica avanzada especializadas en enfermedades hepáticas, nuestro trabajo va mucho más allá de atender síntomas o administrar tratamientos. Acompañamiento los pacientes en su día a día, ayudándolos a entender su condición, a manejar sus preocupaciones y a tomar decisiones que mejoren su salud.

En este artículo, me gustaría compartir en que consiste nuestro trabajo, como podemos apoyar y, sobre todo, responder las preguntas que con más frecuencia plantean las personas que sufren una enfermedad hepática.

El término “enfermera de práctica avanzada” (IPA) puede resultar nuevo para algunas personas. Las IPA hemos recibido formación especializada y contamos con competencias avanzadas para atender necesidades complejas de salud. Estas competencias comprenden desde la educación y el acompañamiento, hasta la toma de decisiones clínicas compartidas y la coordinación con otros profesionales. Además, nos centramos en las personas y no solo en la enfermedad, asegurándonos que éstas se sientan comprendidas y apoyadas en todo momento.

Partiendo de la base que el hígado es un órgano vital con muchísimas funciones como por ejemplo *desintoxicar el cuerpo y regular el metabolismo, cuando este órgano enferma, los cambios que se producen en el organismo pueden ser difíciles de aceptar.

En mi experiencia, cuando esto pasa hace que las personas con enfermedad hepática muestren preocupación y se planteen preguntas cómo: ¿Qué puedo hacer para evitar que mi enfermedad avance? ¿Cómo puedo controlar los síntomas? Aquí es donde la educación juega un papel crucial: explicamos la importancia de los hábitos saludables, el control de factores de riesgo como el alcohol o la obesidad y el seguimiento médico adecuado. La fatiga, el dolor abdominal o la retención de líquidos, entre otros, son síntomas comunes que impactan de manera directa en la calidad de vida y tenemos que trabajar para identificar estrategias personalizadas que ayuden la persona a sentirse mejor. Por otro lado, también tenemos que ser honestos ante preguntas como, ¿mi enfermedad tiene cura? Esta pregunta, todavía difícil, es clave. Las enfermedades hepáticas no solo afectan el cuerpo, también alteran la vida social, familiar y laboral. Tenemos

que aportar tranquilidad a la vez que serenidad y aclarar las dudas que se pueden presentar sobre las diferentes opciones de tratamiento, enfocándonos en lo que sí puede controlar la persona para mejorar su salud.

Desde mi punto de vista, hay una serie de pilares básicos en el manejo de la enfermedad hepática por parte de la IPA:

Educación para el autocuidado: Uno de los pilares de nuestro trabajo es enseñar a cuidar la salud. Y esto incluye explicar en un lenguaje sencillo como funciona el hígado y qué pasa en el cuerpo, proporcionar pautas concretas sobre alimentación, ejercicio y otros hábitos saludables, enseñar a reconocer síntomas que requieran atención médica urgente, como la aparición de un episodio de hemorragia, confusión o coloración amarillenta de la piel y/o mucosas (ictericia). Cuanto más informada está la persona sobre la enfermedad y sus complicaciones, más herramientas tendrá para evitarlas y detectar signos y síntomas previos a la descompensación.

Apoyo emocional: Sabemos que recibir un diagnóstico de enfermedad hepática puede generar miedo, tristeza o incertidumbre. Nuestra tarea no se limita a aquello físico; también ofrecemos un espacio seguro para que las personas puedan expresar sus emociones, a la vez que intentamos trabajar juntos para enfrentarlas.

Coordinación de las curas: En el manejo de la enfermedad hepática además de la intervención de la IPA y de los propios hepatólogos, participan otros especialistas: radiólogos, dietistas, psicólogos, entre otros. Esto implica coordinar y facilitar la comunicación entre los diferentes profesionales para dar respuesta a las necesidades de la persona durante las diferentes etapas de la enfermedad.

Tener presente la perspectiva de género: Cuando hablamos de enfermedades hepáticas, es importante recordar que no afectan del mismo modo todas las personas. Factores como el género pueden influir en cómo se desarrolla la enfermedad, como la vive cada paciente y qué barreras enfrenta su atención médica. Tenemos que contemplar estas diferencias para ofrecer una cura personalizada. Nuestro objetivo es que, sin importar el género, todo el mundo reciba la misma atención de calidad, adaptándonos a las necesidades únicas de cada persona y promoviendo la igualdad en el acceso a la salud.

Seguimiento Continuo: Cada etapa de la enfer-

medad requiere un abordaje concreto. En este sentido acompañamos a las personas y las ayudamos a buscar los elementos necesarios para adaptarse en esta nueva situación ofreciendo el apoyo necesario en cada momento del proceso.

Pero no solo las enfermeras guiamos y enseñamos a las personas con enfermedad hepática. Cada persona tiene una historia única, y de cada una aprendemos algo nuevo que nos permite mejorar nuestro trabajo. Por eso, es imprescindible conocer qué necesita cada paciente y qué espera de nosotros. Tenemos que procurar una información clara y accesible. Muchos pacientes nos dicen que agradecen que expliquemos las cosas con un lenguaje sencillo, sin tecnicismos. Escuchar sin prisas y demostrar empatía marca la diferencia para aquellas personas que se enfrentan a un diagnóstico complicado y esto lo hacemos con el trato próximo que tanto valoramos las personas. Y como no, dar orientaciones prácticas, desde como organizar la toma de los medicamentos hasta como gestionar la energía en el día a día, los consejos concretos son especialmente útiles no solo para las personas que sufren la enfermedad sino también para los familiares.

Aun así, todavía hay que potenciar y mejorar áreas en las que podemos crecer. Muchos pacientes nos expresan la necesidad de contar con más recursos emocionales, como por ejemplo terapias grupales o individuales. Además, a menudo, las personas próximas al paciente necesitan orientación para saber cómo ayudar de manera efectiva y eficaz.

Para acabar, me gustaría transmitir un mensaje a todas las personas que sufren una enfermedad hepática. Nuestro objetivo es ayudarlos a vivir mejor. Estamos aquí para escuchar, resolver dudas y guiar a cada paso de este camino. No estáis solos, cada decisión que tomáis para cuidar vuestra salud nos importa, juntos podemos hacer frente a los retos que presentan estas enfermedades.

La cura del hígado requiere compromiso, pero también ofrece la posibilidad de hacer cambios positivos que impacten en la vida de manera profunda. Desde aquí, os animo a confiar en vuestra capacidad para adaptaros y mejorar, sabiendo que siempre tendréis las enfermeras al lado acompañándoos.



Doctora ISABEL SERRA

Hepatóloga.
Hospital Universitario Dr. Josep Trueta

La epidemia creciente del hígado graso, como detectarla y pararla

El hígado graso se considera una epidemia mundial por su impacto clínico, social y económico. En los últimos 20 años se ha multiplicado por 5 la incidencia y se prevé que continúe aumentando en los próximos años. El hígado graso afecta una cuarta parte de la población adulta mundial. La preocupación más alarmante se focaliza en la población infantil, donde 1 de cada 3 niños con obesidad ya tiene hígado graso, con riesgo de desarrollar enfermedad más grave a lo largo de la vida. Estos son algunos de los alimentos y hábitos más habituales que contribuyen: alimentos ultraprocesados, bebidas azucaradas, comidas rápidas, dulces y golosinas, pocos alimentos frescos, hábitos de picar y carencia de horarios regulares. Este patrón alimentario se combina con un estilo de vida sedentario que incluye pasar muchas horas ante las pantallas.

Estos hábitos favorecen la aparición de diabetes y de obesidad. De hecho, en población adulta con diabetes la presencia de hígado graso es del 60% y en personas con obesidad del 80%, siendo casi del 100% si presentan las dos condiciones.

Recientemente se ha modificado el nombre de la enfermedad, previamente conocida como "hígado graso no alcohólico" (*NAFLD, por sus siglas en inglés), por el actual *MASLD*. Su diagnóstico se basa en la detección de grasa a nivel hepático y la presencia de una alteración metabólica como *sobrepeso u obesidad, diabetes, niveles elevados de triglicéridos o colesterol y/o hipertensión arterial, además del consumo inferior de 20-30 gramos de alcohol al día.

A nivel hepático, la acumulación excesiva de grasa se denomina *esteatosis y la inflamación que condiciona esta grasa, se conoce como *esteatohepatitis. Esta inflamación crónica activa el depósito de cicatriz, llamada fibrosis. El grado de fibrosis determina la gravedad de la enfermedad, siendo leve si no hay o es mínima (grado 0-1), y siendo grave si es extensa (grado 3-4). La mayoría de personas con hígado graso se mantienen en una fase inicial de la enfermedad a lo largo de su vida, pero en un 20% evolucionará la inflamación y fibrosis pudiendo desarrollar una cirrosis. Las personas que tienen más riesgo de progresar son las personas con obesidad, diabetes y si presentan otras causas que afectan el hígado, sobre todo si consumen alcohol. Las personas con el síndrome metabólico e hígado graso tienen un riesgo más elevado de presentar otras enfermedades como la enfermedad cardiovascular (infarto cerebral o infarto cardíaco), la insuficiencia renal, la apnea del sueño, incluso aumenta el riesgo de presentar diferentes tipos de cánceres, como el de hígado o colon.

La enfermedad del hígado graso puede no dar síntomas durante muchos años, y manifestarse cuando ya se encuentra en una fase de cirrosis. Diagnosticarla en fases iniciales permite iniciar medidas específicas para intentar frenar su evolución, prevenir descompensaciones de la cirrosis (ascitis, hemorragia, encefalopatía) así como vigilancia estrecha de la aparición de tumores hepáticos.

Por lo tanto, es muy importante buscar la enfermedad de hígado graso activamente en pacientes de riesgo que presentan obesidad o diabetes. Normalmente el primer abordaje se realiza con una analítica de sangre con los

parámetros del hígado (*transaminases) y una ecografía hepática para detectar *esteatosis.

Como la fibrosis hepática determina el pronóstico de la enfermedad, es importante establecer el grado de fibrosis en todos los pacientes con hígado graso. A pesar de que la biopsia del hígado es el método de referencia, tiene riesgo de complicaciones y por eso existen métodos no invasivos para poder predecir el grado de fibrosis. El más utilizado es un índice (FIB4) que combina parámetros analíticos (*transaminases y plaquetas), y clínicos con la edad; y métodos de imagen como la *elastografía hepática, también conocida como *Fibroscan® la cual a través de la emisión de impulsos mide la rigidez o cicatrización del hígado.

Esta primera detección de hígado graso normalmente se realiza desde las consultas de atención primaria, endocrinología, cardiología, donde el paciente de riesgo se sigue habitualmente.

El tratamiento de la enfermedad se basa en cambios de vida, tanto a nivel de la dieta y el ejercicio, y la pérdida de peso. Existen diferentes dietas para perder peso como las *hipocalòriques, bajas en grasas, ayunos intermitentes, aun así, la dieta Mediterránea ha demostrado ser el mejor beneficio a nivel *cardiometabólico y reducción de grasas a nivel hepático, así como la facilidad de mantenerla a largo plazo. La dieta Mediterránea se caracteriza por la elevada ingesta de aceite de oliva, vegetales, fruta, cereales integrales y frutos secos, legumbres, pescado y marisco y carne blanca.

Los estudios demuestran que el ejercicio mantenido reduce el *esteatosis e incluso la

fibrosis hepática, independientemente de la pérdida de peso. Se prefiere la combinación de entrenamiento aeróbico y de resistencia. La actividad aeróbica se basa en 30-60 minutos la mayoría de los días de la semana o concentrada entre 1 y 2 días de ejercicio más intensivo, Aparte, el ejercicio mejora la calidad de vida, la función cardiorespiratoria, reduce la grasa de los tejidos y mejora la masa y la función muscular. Es imprescindible el tratamiento de las enfermedades concomitantes como la diabetes, los niveles elevados de triglicéridos y colesterol. No es recomendable el consumo de alcohol, especialmente en aquellas personas con inflamación y fibrosis hepática, puesto que acelera la progresión de la enfermedad hepática.

Recientemente se ha aprobado el primer fármaco llamado *resmetiron, eficaz para el tratamiento para la enfermedad del hígado graso en pacientes con fibrosis moderada y avance. Hoy por hoy, todavía no está disponible a nivel europeo pero se espera su comercialización en un futuro próximo.

El hígado graso es una enfermedad potencialmente grave y con una tendencia en aumento. Aun así, es reversible y es esencial su detección en estadios iniciales, sobre todo en individuos con riesgo metabólico, para implementar medidas de tratamiento y prevención.

*Enfermedad *Esteatòsica Hepática Asociada a Disfunción Metabólica



Esta ha sido la actividad del año 2024: **NUESTRA RAZÓN DE SER**



PROGRAMA DE VOLUNTARIADO

- 227 visitas presenciales a los hospitales
- 19 visitas a los pisos de acogida
- 92 llamadas de apoyo emocional
- 36 consultas informativas
- 39 atenciones de apoyo a familias en situación de vulnerabilidad
- 5 visitas del servicio de atención psicológica
- 1045 beneficiarios directos de los programas de ayuda y apoyo
- 21 actividades formativas de los voluntarios y los miembros de la junta

PROYECTO TARDES DE TERTULIA

- 6 sesiones en línea de ayuda e información
- 10 espectadores de media en directo vía ZOOM
- 40 espectadores de media en YouTube

PROYECTO PREVENCIÓN DE LAS ENFERMEDADES HEPÁTICAS

I JORNADAS DE LA ATH.CAT:
“Aprendamos Juntos sobre las enfermedades hepáticas”



PROGRAMA DE SENSIBILIZACIÓN DE LA DONACIÓN

PROGRAMA DE SENSIBILIZACIÓN DE LA DONACIÓN

- 16 charlas en centros educativos y cívicos
- 9 mesas informativas en ferias y actos
- 6 días de “La botiga solidària al carrer”
- 10 días en el “Espai Solidari de Salut”
- **SONG VIDA** 210 asistentes y 7 cantantes y grupos actuando de manera altruista

COMUNICACIÓN PARA SENSIBILIZAR

- 126.000 visitantes web
- 790 seguidores en Facebook
- 680 seguidores en Instagram
- 580 publicaciones en X
- 197.000 impactos mediáticos

PROYECTO “EL BUS DE LA SANGRE, ÓRGANOS Y TEJIDOS”

- 1.550 personas se acercaron a la campaña
- 232 donaron sangre y plasma
- 10 se hicieron donantes de médula ósea
- 281 personas reciben información de las donaciones
- 50 hicieron su primera donación
- 15 charlas
- 32 personas se interesaron en hacerse donantes de órganos
- 16 asociaciones y entes participantes



PROGRAMA DE PISOS DE ACOGIDA (3 PISOS)

- 4.964 pernoctaciones
- 120 familias alojadas
- 360 personas atendidas

*¡Gracias al apoyo de nuestros
asociados y colaboradores!*





[Recordando...]

Dr. JOAN FABREGAT PROUS

Nos ha dejado el Dr. Joan Fabregat Prous. Excelente persona y un gran profesional, que fue jefe de sección de Cirugía General, responsable de la cirugía pancreática y del Programa de Trasplante Hepático del hospital, del que era un gran maestro, siendo referente nacional e internacional en los dos campos.

Nacido en Guimerà (Lleida) en 1957, el Dr. Joan Fabregat desarrolló una prestigiosa carrera como cirujano en el Hospital Universitario de Bellvitge, centrada de forma destacada

en la cirugía del área hepatobiliopancreática, así como una extensa actividad docente e investigadora. Fue jefe de sección del Servicio de Cirugía General y Digestiva del *HUB y jefe de la Unidad de Trasplante Hepático, investigador principal del grupo de investigación en Patología Hepatobiliopancreática del *IDIBELL. Entre otras distinciones, recibió el premio "Pere Virgilio" de la Sociedad Catalana de Cirugía, institución de la cual era miembro honorario.

Gracias por tu legado.





Club de Trasplantats Hepàtics de Catalunya



Associació de Trasplantats Hepàtics de Catalunya



ASSOCIACIÓ DE TRASPLANTATS HEPÀTICS DE CATALUNYA



[AGENDA

EVENTOS Y ACTIVIDADES 2025

9 AL 18 DE ENERO

Maratón de Donantes de Sangre

24 DE ENERO

Día Mundial de Alagille

31 DE ENERO

Concierto solidario Luz de Gas

15 DE FEBRERO

Teatro solidario La Sala Rubí

22 DE FEBRERO

Tardes de T (grupo de ayuda mutua)

23 DE FEBRERO

Aniversario primer trasplante de hígado

MARZO

Publicación revista DONAR VIDA

núm. 11 2025

20 DE MARZO

Junta directiva

26 DE MARZO

Día Nacional del Trasplante

ABRIL

Feria de Entidades de Voluntariado de Girona

Feria de la Salud de Terrassa

19 DE ABRIL

Día Mundial del hígado

23 DE ABRIL

Fiesta de Sant Jordi

24 DE ABRIL

Asamblea General Ordinaria

25 DE ABRIL

Día Mundial de Déficit de Alpha-1

26 DE ABRIL

Tardes de T (grupo de ayuda mutua)

DEL 16 AL 18 DE MAYO

Ferías de Mayo de Vilafranca del Penedès

6ª Jornada el BUS DE LA SANGRE, ÓRGANOS Y TEJIDOS

22 DE MAYO

Junta directiva

4 DE JUNIO

Día Nacional del Donante de órganos

8 DE JUNIO

Caminada de agradecimiento al Donante

12 DE JUNIO

Día Mundial del hígado graso

14 DE JUNIO

Día Mundial del Donante de Sangre

28 DE JUNIO

Tardes de T (grupo de ayuda mutua)

JULIO

Encuentro de verano de socios/as y simpatizantes

28 DE JULIO

Día Mundial contra la Hepatitis Vírica

8 DE SEPTIEMBRE

Día Mundial de la Colangitis

Biliar Primaria

9 DE SEPTIEMBRE

Junta directiva

27 DE SEPTIEMBRE

Tardes de T (grupo de ayuda mutua)

1 DE OCTUBRE

Día Mundial de la Hepatitis C

5 DE OCTUBRE

Día Mundial de la Colestasis Intrahepática Familiar Progresiva

11 DE OCTUBRE

Día Europeo de la Donación y el Trasplante

29 DE OCTUBRE

Día Mundial de la Colangitis Esclerosante Primaria

30 DE OCTUBRE

Día Mundial contra el Cáncer de Hígado

15 DE NOVIEMBRE

Día Mundial sin Alcohol

20 DE NOVIEMBRE

Junta directiva

29 DE NOVIEMBRE

Tardes de T (grupo de ayuda mutua)

29 DE NOVIEMBRE

Comida de Hermandad

3 DE DICIEMBRE

Día Internacional de las Personas con Discapacidad

6 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 35€ 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.



- Por vía BIZUM al núm. 11.320
- 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

Si el total de donativos que realizas es inferior a 150 € se deduce el 80%, de la cuota anual de 70 € se deducen 56 €, la cuota te cuesta solo 14 € 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>



[Col·laboradors



Generalitat de Catalunya
**Departament
de Drets Socials**



Generalitat de Catalunya
Departament de Salut



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



**Diputació
Barcelona**



Diputació Tarragona



**Ajuntament
de Barcelona**



Ajuntament de L'Hospitalet

Ajuntament



de Terrassa



AJUNTAMENT DE
SANT SADURNÍ D'ANOIA



AJUNTAMENT
VILAFRANCA
DEL PENEDÈS



Fundació "la Caixa"



**Agència de l'Habitatge
de Catalunya**



FUNDACIÓ
CMJ GODÓ



Fundación
Antoni
Serra Santamans



MAMPARAS
suministros para el
vidrio



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



UNIVERSITAT
ROVIRA I VIRGILI



TUCANiT
PROYECTOS WEB



impremta **pagès**

- desde 1945 -

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
30 anys

Associació de Malalts
i Trasplantats Hepàtics
de Catalunya



DONAR VIDA

Seguim caminant!

www.ath.cat