

MEMÒRIA 2025



Índex

- Editorial
- La Fundació al teu costat
 1. Departament social
 2. Departament de psicologia
 3. Departament de nutrició
 4. Departament de comunicació
 5. Departament de comptabilitat
- Tu ens inspires!

Aquests són els nostres projectes:

1. Salut Accessible
2. Lleida i Tarragona per la Donació
 - Sessions formatives a Secundària
 - Gala Dia del Donant
 - Taller de Salut Renal a Primària
3. Atenció Multidisciplinar
4. Nutresport
- Fem xarxa!
 - Cocemfe
 - Ocatt
 - Fesalut
 - CF Fisioteràpia
 - DTI
 - Sistemes Renals
- Els nostres principals col·laboradors

EDITORIAL



Ignacio Gracia, director . Núria Arnó, presidenta.

EDITORIAL

El Patronato de la Fundación Renal Jaume Arnó agradece sinceramente a sus colaboradores el apoyo brindado para el cumplimiento de los objetivos propuestos y expuestos en esta memoria; y, muy especialmente y como siempre, al equipo de profesionales que la integran por su trabajo y empatía hacia el colectivo de usuarios.

Cada año sondeamos las necesidades de nuestros beneficiarios ante los continuos retos suscitados a nivel social y sanitario. En 2026 iniciaremos un nuevo proyecto dirigido a los cuidadores de los pacientes renales manteniendo los proyectos de atención multidisciplinar a los afectados y ampliando, además, dicha atención con un programa de actividad física guiada por profesionales fisioterapeutas mientras se está en lista de espera y durante el post trasplante.

Destaco un cambio reseñable en nuestro equipo: la incorporación, al final del primer trimestre, de Francisco Peralta, psicólogo clínico, tras la salida por motivos personales de Esther Jiménez, psicóloga que ha estado con nosotros más de una década y de quien enfatizo su profesionalidad, su capacidad de trabajo y su compañerismo. Desde la Fundación Renal Jaume Arnó le deseamos muchos éxitos tanto en lo profesional como en lo personal.

Por otra parte, la gestión y administración para el Buen Gobierno de nuestra entidad requiere mucha dedicación por los desafíos permanentes que afronta el Tercer Sector. Por eso, además de la confianza en el equipo de trabajo, disponemos de estándares resolutivos que refuerzan la viabilidad y sostenibilidad de nuestros proyectos;

de un Plan Estratégico Integral (con Planes de Actuación, de Igualdad, de Voluntariado, de Evaluación, etc.); de un Código Ético; y, fundamentalmente, de un certificado de la Norma ISO 9001:2015 de Gestión de Calidad desde 2022. Junto con el cuidado y atención a las relaciones externas con administraciones, otras entidades, empresas y particulares, obtenemos una gestión rigurosa y transparente.

No me olvido de la importancia de trabajar en red con otras entidades, sobre todo a partir de la pandemia pasada. Este año que empieza vamos a adherirnos a la Federación Nacional ALCER e intentar crear una Coordinadora de Entidades Renales en Cataluña, para lo cual ya hemos iniciado contactos, pues tenemos intereses comunes y, entre todos, será más fácil cubrir objetivos que beneficien a todo el colectivo (leyes, tratamientos, financiación, ayudas, colaboraciones, etc.).

Deseo recordar la importancia social de la donación de órganos en un momento en el que se han incrementado las negativas familiares a la donación.

Damos las gracias a los donantes y a sus familias porque su ejemplo de solidaridad y altruismo es el que da la esperanza a otras familias que están detrás de una lista de espera para recibir un trasplante. Hablemos en nuestro entorno del tema porque ser conscientes, seguro que nos hace consecuentes. Recordad que «Sin donantes, no hay trasplantes».

Ignacio Gracia
Director Executiu



LA FUNDACIÓ AL TEU COSTAT



Atenció social

Durant l'any en curs, el Departament d'Atenció Social de la Fundació Renal Jaume Arnó ha continuat desenvolupant la seva tasca d'acompanyament, orientació i suport social a persones amb malaltia renal i a les seves famílies, amb l'objectiu de millorar la seva qualitat de vida i afavorir la seva integració social.

En el període analitzat, s'ha proporcionat atenció social a un total de **96** persones usuàries. Pel que fa a la distribució per gènere, el **56** de les persones ateses han estat homes, i **40** dones. Per municipis: 48 usuaris son residents de Lleida, 16 de Tarragona, 2 d'Osca, i 30 de municipis de la província de Lleida, més concretament de 20 municipis.

L'atenció prestada ha inclòs assessorament social, suport emocional, orientació en recursos socio-sanitaris i gestió de tràmits, adaptant les intervencions a les necessitats individuals de cada persona. Aquestes dades reflecteixen la rellevància del servei i la importància de continuar reforçant les actuacions socials dins l'àmbit de la malaltia renal.

El Departament d'Atenció Social reafirma el seu compromís de seguir treballant per garantir una atenció integral, equitativa i de qualitat a totes les persones ateses per la Fundació.



Cristina Puñet
T treballadora Social

Atenció Psicològica Individual

Al llarg de l'any s'han dut a terme un total de 338 sessions d'atenció psicològica, adreçades a pacients amb malaltia renal crònica. Les intervencions s'han portat a terme mitjançant dues modalitats:

- Sessions presencials, facilitant un espai terapèutic proper i continuat.
- Sessions per videoconferència, permetent la continuïtat de l'atenció i l'accés al servei a persones amb dificultats de desplaçament.

Les sessions han abordat, entre altres aspectes, l'impacte emocional del diagnòstic, l'adaptació als tractaments, la gestió de l'estrès i l'ansietat, així com l'enfortiment de recursos personals i estratègies d'afrontament.

Francisco Peralta
Psicòleg



Atenció grupal

1. *Taller de higiene del son*

En Francisco, el nostre psicòleg, va impartir una xerrada centrada en la higiene del son, destacant-ne la importància per a la salut mental, emocional i física. Es va explicar com un descans adequat influeix en la concentració, l'estat d'ànim i el rendiment diari.

Durant la sessió es van oferir pautes pràctiques per aconseguir una bona higiene del son, com ara mantenir horaris regulars, establir rutines relaxants abans d'anar a dormir, evitar l'ús de pantalles i estimulants a la nit, cuidar l'ambient del dormitori i utilitzar el llit únicament per dormir. També es va remarcar la importància de la constància i dels hàbits saludables per millorar la qualitat del son a llarg termini.

S'ha dut a terme un taller d'higiene del son amb l'objectiu de proporcionar eines pràctiques per millorar la qualitat del descans, un aspecte especialment rellevant en pacients amb malaltia renal crònica.

El taller va comptar amb la participació de 25 persones, i s'hi van treballar hàbits saludables de son, rutines, factors que interfereixen en el descans i estratègies per afavorir un son reparador.



Taller Higiene del son a l'espai Fesalut, Lleida

2. Sessió per a familiars de persones amb malaltia renal crònica

Així mateix, es va programar una sessió adreçada a familiars de persones amb malaltia renal crònica, concebuda com un espai de trobada i suport mutu.

L'objectiu principal d'aquesta activitat va ser afavorir l'intercanvi d'experiències relacionades amb la cura, compartir dificultats i estratègies, i oferir orientació psicològica per a la gestió emocional del rol de cuidador.

Atenció Nutricional

Al llarg de l'any s'han realitzat un total de 256 sessions d'atenció nutricional, dirigides a pacients amb malaltia renal crònica i/o cuidadors.

De les visites efectuades, un 83% van ser per als pacients i un 17% es van fer conjuntament amb els cuidadors.

L'atenció nutricional es va impartir en 3 modalitats:

- Atenció presencial a les oficines de Lleida i Tarragona.
- Atenció telefònica per a pacients que no es podien desplaçar
- Resolució de dubtes concrets del pacient/cuidador via correu electrònic, missatge de text o trucada curta.

En les visites es valora l'estadi de la Malaltia Renal Crònica, es revisa l'estat nutricional del pacient amb un qüestionari i una bàscula de bioimpedància (quan no hi ha

retenció hídrica) juntament amb les seves anàlisis biomèdiques (anàlisi de sang i/o orina), i se segueixen els protocols recomanats per les guies KDIGO per a cada estadi de la malaltia, intentant adaptar-ho sempre el millor possible als gustos i costums del pacient. També comptem amb el suport d'aplicacions com Nefrodiat i Pukono.



Kim Peter
Dietista

La finalitat del servei nutricional de la Fundació Renal Jaume Arnó és acompanyar el pacient renal des del punt de vista nutricional en l'evolució de la malaltia, ajudant-lo a evitar la desnutrició i la malnutrició habituals en aquesta patologia, ensenyant-li a utilitzar tècniques de cocció útils per millorar els seus paràmetres bioquímics, conèixer els aliments més recomanables i els que menys, així com els additius alimentaris que podrien afectar-lo.

El suport pretén ser proper i humà, donant espai al pacient/cuidador per expressar els reptes que troba a l'hora de cuinar o menjar i buscant solucions adaptades a cada persona, estil de vida i economia.

Atenció grupal

Taller de cuina nefro-apta per a festes

Al desembre de 2025 es va dur a terme a l'espai SUNKA un taller de cuina nadalenca. El taller organitzat consistia en l'elaboració, conjuntament amb pacients renals, d'un menú nadalenc apte per a tots els estadis de la malaltia.

En cada pas del taller es va recomanar i explicar com adaptar-lo a les diferents fases de la malaltia, i es va finalitzar amb una sèrie de consells nutricionals perquè les festes no afectin negativament l'evolució de la MRC.

Aquest taller es va realitzar amb la idea de donar suport al pacient i oferir-li eines culinàries per poder gaudir de les festes sense empitjorar els paràmetres bioquímics, ja que solen ser moments en què seguir la dieta recomanada pot esdevenir un repte.



Taller de cuina renal a l'espai Sunka, Lleida



Jornades

Jornada SEIN

Al novembre de 2025 es va assistir a la Jornada de Diabetis, Nutrició i Endocrinologia a l'Hospital Sant Joan de Déu de Lleida.

Durant la jornada formativa es van oferir eines per reconèixer i tractar la disfàgia derivada de la sarcopènia, es van proporcionar recursos pràctics per a la realització d'exercici físic en diabetis i es van presentar projectes com RutiXef, projecte de cuina terapèutica dut a terme a l'Hospital Germans Trias i Pujol (Can Ruti), amb un taller de nutrició per a Malaltia Renal Crònica.

La jornada té un valor especial per a la Fundació, ja que una gran part de la malaltia renal està directament relacionada amb la diabetis, i sovint són patologies concomitants; per aquest motiu, la formació en aquest àmbit és imprescindible.



Comunicació

La comunicació és una eina clau per a les entitats sense ànim de lucre, ja que permet donar visibilitat a la seva tasca, generar confiança i reforçar el vincle amb la societat. Comunicar bé no és només informar, sinó explicar per què fem el que fem, posar rostres a les persones a qui acompanyem i fer comprensible l'impacte social del nostre treball.

A la Fundació Renal Jaume Arnó, la comunicació és essencial per sensibilitzar sobre la salut renal, la donació d'òrgans, apropar la realitat de les persones amb malaltia renal a la ciutadania i enfortir la relació amb pacients, famílies, professionals, col·laboradors i institucions.

A través dels diferents canals, el Departament de Comunicació treballa per transmetre els valors de la fundació, difondre les activitats i projectes, i contribuir a crear una comunitat informada, compromesa i solidària amb la causa renal i la donació d'òrgans.

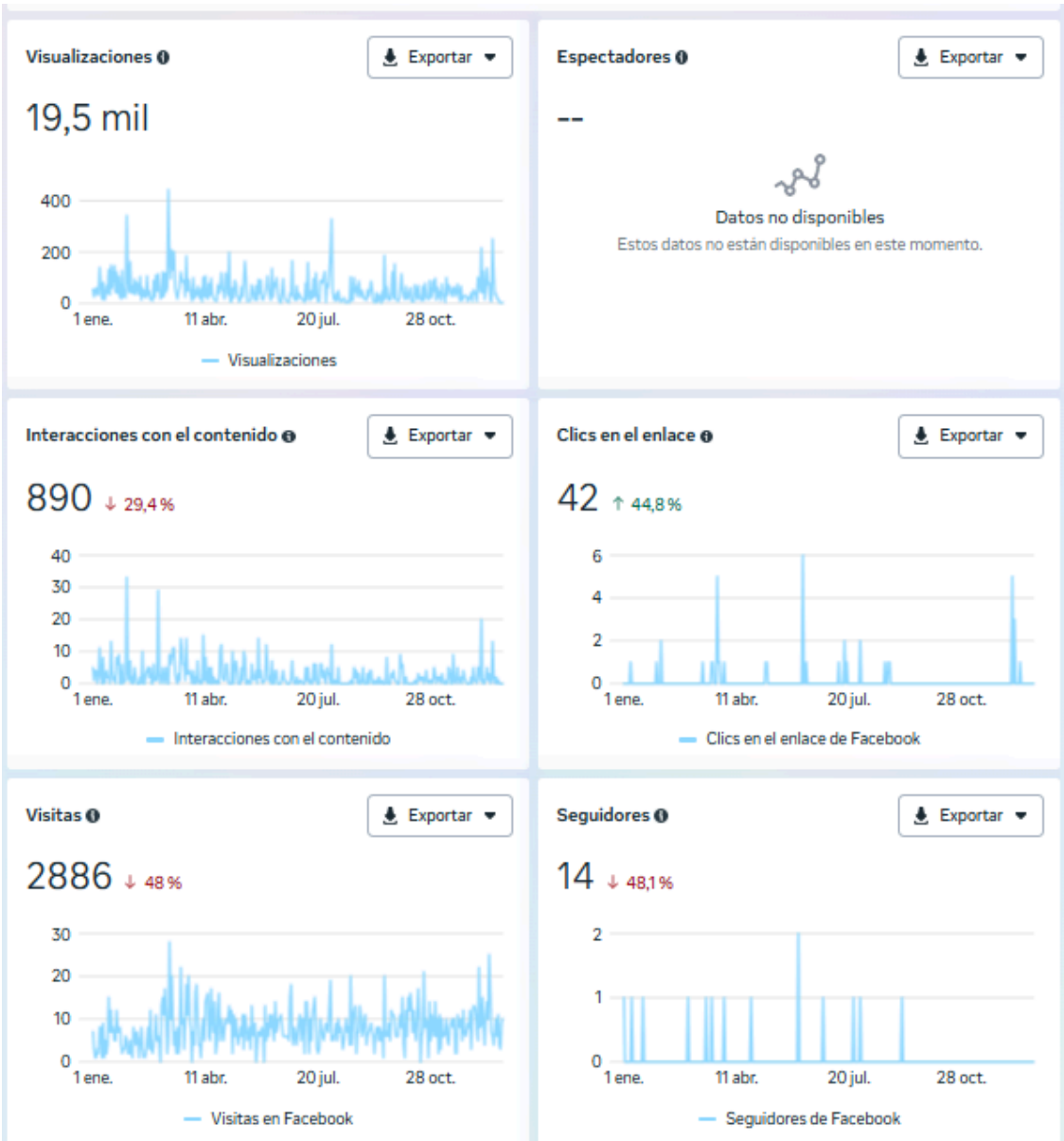


Raquel Maya

Responsable de Comunicació

ESTADÍSTICAS

Facebook



Instagram

Instagram

1 ene. 2025 - 31 dic. 2025



Establece un objetivo, haz un seguimiento del progreso y obtén sugerencias útiles para alcanzar el éxito profesional.

Empieza un objetivo nuevo

Visualizaciones

Exportar

53,6 mil

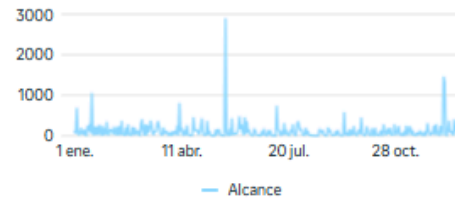


Visualizaciones

Alcance

Exportar

14,1 mil ↑ 26,8%

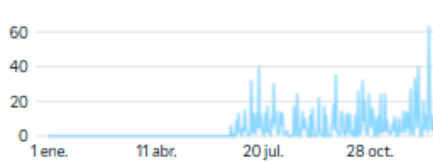


Alcance

Interacciones con el contenido

Exportar

1391 ↑ 100%

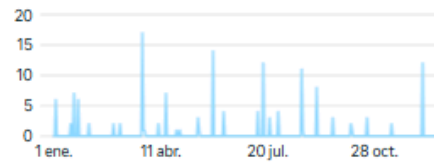


Interacciones con el contenido

Clics en el enlace

Exportar

145 ↑ 45%

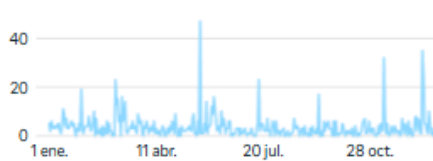


Clics en el enlace de Instagram

Visitas

Exportar

1301 ↓ 4,1%

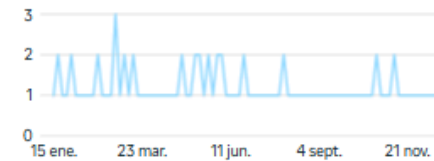


Visitas al perfil de Instagram

Seguidores

Exportar

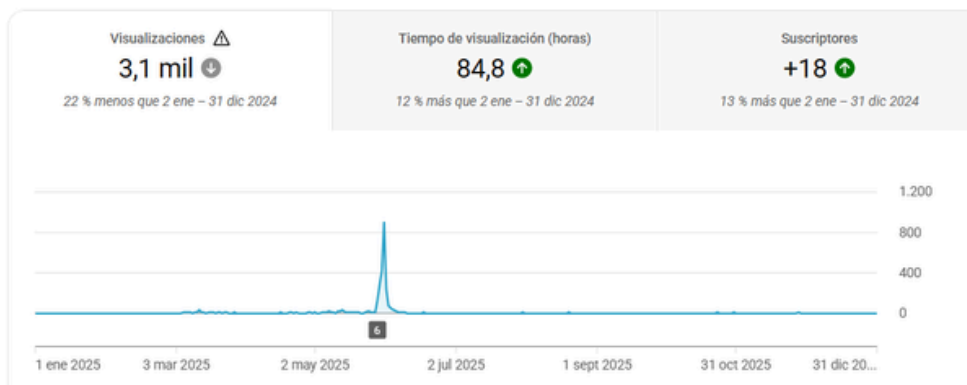
106



Seguidores de Instagram

Youtube

Tus vídeos han conseguido 3.144 visualizaciones en el 2025



Google my Business

1.559

👁️ Personas que han visto tu Perfil de Empresa

Desglose por plataforma y dispositivo

Plataformas y dispositivos que los usuarios han utilizado para buscar tu perfil



- 887 · 57 %
Búsqueda de Google (móvil)
- 297 · 19 %
Búsqueda de Google (ordenador)
- 261 · 17 %
Google Maps (móvil)
- 114 · 7 %
Google Maps (ordenador)

Departament de Comptabilitat

Continuem en la tasca d'equilibri entre ingressos i despeses que aquest any s'ha aconseguit gràcies als nostres finançadors públics i privats, així com una disminució en la despesa en partides, que no afectessin als objectius principals de la Fundació.

Respecte als ingressos, aquest exercici hem tingut la aprovació de projectes de diferents Entitats públiques que han reconegut la nostra tasca, com **Diputació de Lleida**, **Generalitat de Catalunya** (Drets Socials i Salut), **Ajuntament de Lleida** i **Ajuntament de Tarragona** i de les privades contem amb la **Fundación ONCE** , que ha valorat la nostra tasca i ha estat vital per la continuïtat del nostre servei d'atenció interdisciplinària i sensibilització per la Donació d'òrgans.

Els ingressos provinents dels nostres **amics de la Fundació**, tan importants per a nosaltres, continuen essent imprescindibles pels nostres serveis i esperem tot i que aquest any s'ha vist una petita davallada que esperem canviar al alça en propers exercicis per equilibrar la nostra balança econòmica

Per una altra banda hem obtingut ingressos provinent de Jornades de Formació mèdica i treballs d'investigació.

Per blocs de finançament públic/privat podem dir que la Fundació ha rebut subvencions del àmbit privat molt superior al públic sent un **45%** provinent de les administracions públiques contra un **55%** de les entitats privades i donacions.

Respecte a les despeses, cal destacar que el nostre servei d'Atenció interdisciplinària a les persones amb MRC i les seves famílies constitueix la despesa més important aquest exercici amb el **26%**, ja que juntament amb les despeses de medicaments per les persones es situació de vulnerabilitat **8%**, és la tasca principal i primer objectiu de la Fundació Renal Jaume Arnó.

La tasca cada vegada mes important de cara a la **sensibilització** per la donació d'òrgans a tota la societat, així com el foment de la salut també és objectiu de la Entitat i també suposa una despesa important del **14%** del total.

Destacar, per una altra part, la quantitat destinada a les terres de Tarragona, on la Fundació també està fent suport multidisciplinària tant presencial com online

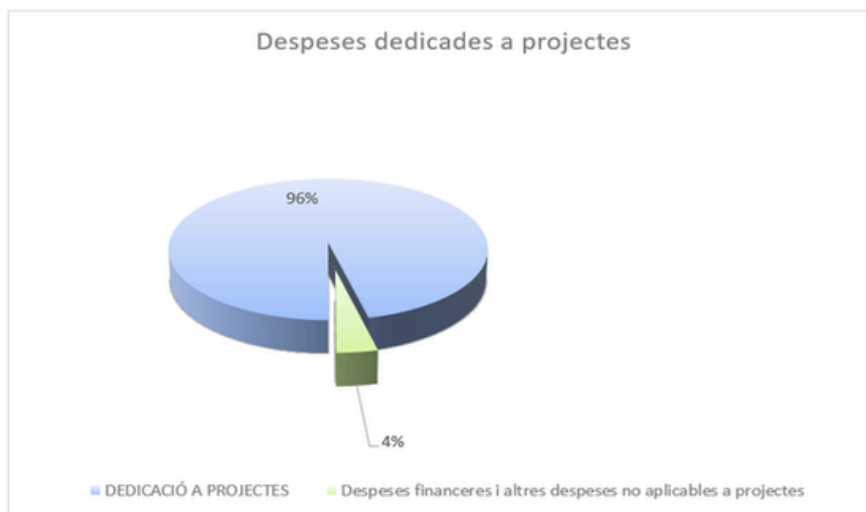
Com a resum podem dir que la Entitat ha complert el equilibri econòmic del exercici i per tant assegurar la continuïtat en els objectius de la Fundació.

Juan Carlos
Responsable de
Comptabilitat



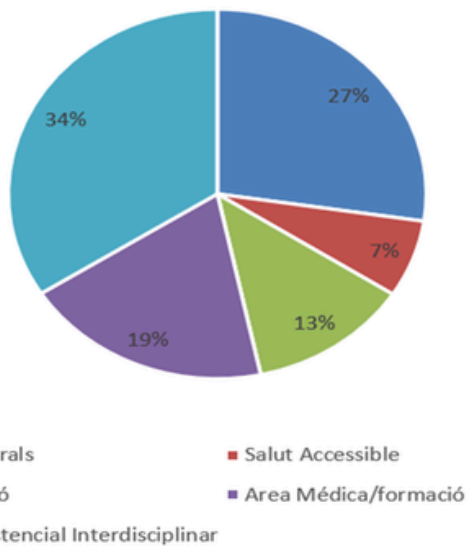
Per últim i tal com s'explica en el gràfic la Fundació Renal Jaume Arnó dedica pràcticament tot els seus ingressos al compliment dels seus fins, arribant aquest exercici al 96% de despesa a aquest projectes

DESPESES DEDICADES A PROJECTES	
DEDICACIÓ A PROJECTES	QUANTITAT (€)
DEDICACIÓ A PROJECTES	134.522,09
Despeses financeres i altres despeses no aplicables a projectes	5.198,61
DESPESES TOTALES	139.720,70



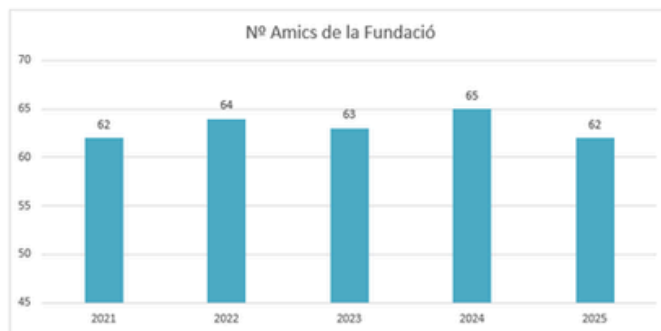
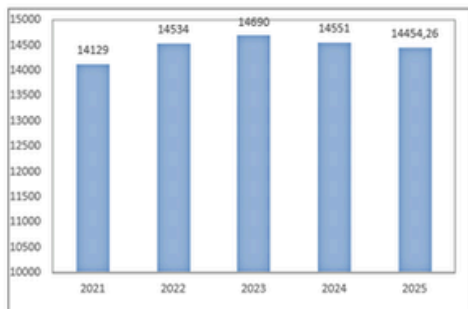
DESPESES D'EXPLOTACIÓ 2025	
SECCIÓ/PROJECTE	QUANTITAT (€)
Serveis Generals	38.225,23
Salut Accessible	9.464,21
Sensibilització	17.509,38
Area Mèdica/formació	26.953,31
Atenció Assistencial Interdisciplinar	47.568,57
DESPESES TOTALES	139.720,70

Despeses per projecte



SUBVENCIONS I DONACIONS - AMICS DE LA FUNDACIÓ		
ANY	Total col·laboracions (€)	Número d' Amics de la Fundació
2021	14.129,00 €	62
2022	14.534,00 €	64
2023	14.690,00 €	63
2024	14.551,00 €	65
2025	14.454,00 €	62

AÑO	2021	2022	2023	2024	2025
Número d'Amics de la Fundació	62	64	63	65	62



SUBVENCIONS A LA EXPLOTACIÓ ENTITATS PÚBLIQUES	
Projecte	quantitat (€)
Diputació de Lleida	10.210,48 €
Generalitat de Cat. (Drets Socials)	24.918,39 €
Generalitat de Cat. (Salut)	10.585,38 €
Ajuntament de Lleida	6.331,46 €
Ajuntament de Tarragona	2.351,59 €
TOTAL	54.397,30 €

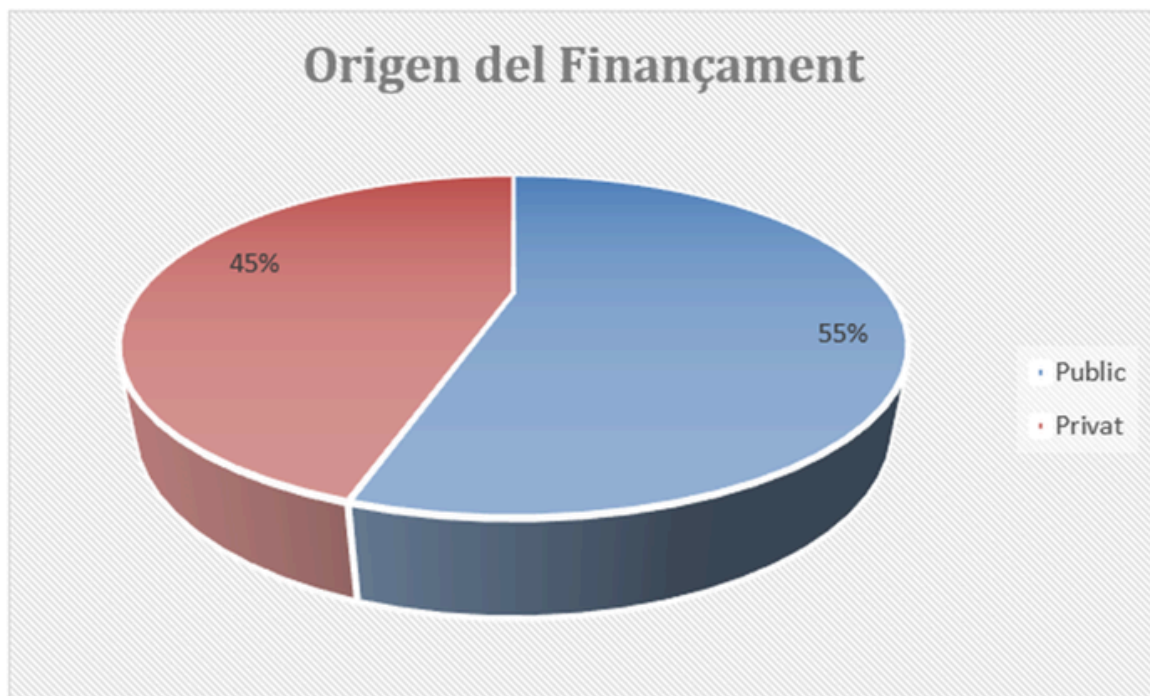
SUBVENCIONS I PREMIS ENTITATS PRIVADES	
Entitat	quantitat (€)
Benito Arnó S.A.	10.800,00 €
Fundación ONCE - COCEMFE	20.000,00 €
Supermercats Pujol	94,74 €
TOTAL	30.894,74 €

INGRESSOS D'EXPLOTACIÓ PER ACTIVITAT DE LA FUNDACIÓ	
Concepte	quantitat (€)
Prestació de serveis de formació	15.400,00 €
Prestacions d'altres serveis	13.100,00 €
Altres	76,91 €
TOTAL	28.576,91 €

INGRESSOS AMICS DE LA FUNDACIÓ	
Concepte	quantitat (€)
Total ingressos amics de la Fundació	14.454,00 €
TOTAL	14.454,00 €

ENAJENACION DE ACTIVOS	
TOTAL	- €

TOTAL INGRESSOS 127.322,95 €



TU ENS INSPIRES!

Els nostres projectes

Salut Accessible

Lleida i Tarragona per la
Donació

DIA DEL DONANT

- MOSTRA DE CURTMETRATGES
- XERRADES ENTORN EDUCATIU

TALLER DE SALUD RENAL A L'ESCOLA

XARXES SOCIALS

Atenció Multidisciplinària

Nutresport



SALUT ACCESSIBLE

El projecte Salut Accessible de la Fundació Renal Jaume Arnó té com a objectiu garantir l'accés a la medicació essencial a persones amb malaltia renal que es troben en situació de vulnerabilitat socioeconòmica, assegurant així la continuïtat dels seus tractaments i prevenint greus complicacions de salut. Durant l'any analitzat, el projecte ha donat suport a un total de 19 persones. En el període comprès entre els mesos de gener i setembre, s'han atès 19 persones, mentre que entre setembre i desembre el nombre de persones beneficiàries s'ha reduït a 13. Aquesta disminució ha estat motivada per la manca de pressupost disponible, fet que ha obligat a prioritzar l'atenció a les persones en situació de major risc clínic.

Davant aquesta limitació pressupostària, s'ha pres la decisió de prioritzar les persones trasplantades renals, exclouent temporalment aquelles persones que no es trobaven en situació de trasplantament.

Aquesta decisió s'ha basat en criteris estrictament sanitaris, ja que la medicació immunosupressora és imprescindible per a les persones trasplantades, atès que la seva interrupció pot comportar un rebuig de l'òrgan trasplantat, amb greus conseqüències per a la salut i la qualitat de vida de la persona.

El projecte Salut Accessible posa de manifest la importància de disposar de recursos suficients per garantir l'accés universal als tractaments farmacològics, especialment en col·lectius vulnerables. La Fundació Renal Jaume Arnó reafirma el seu compromís de continuar treballant per ampliar el finançament del projecte i poder donar resposta a totes les persones que necessiten aquest suport essencial.



LLEIDA i TARRAGONA PER LA DONACIÓ

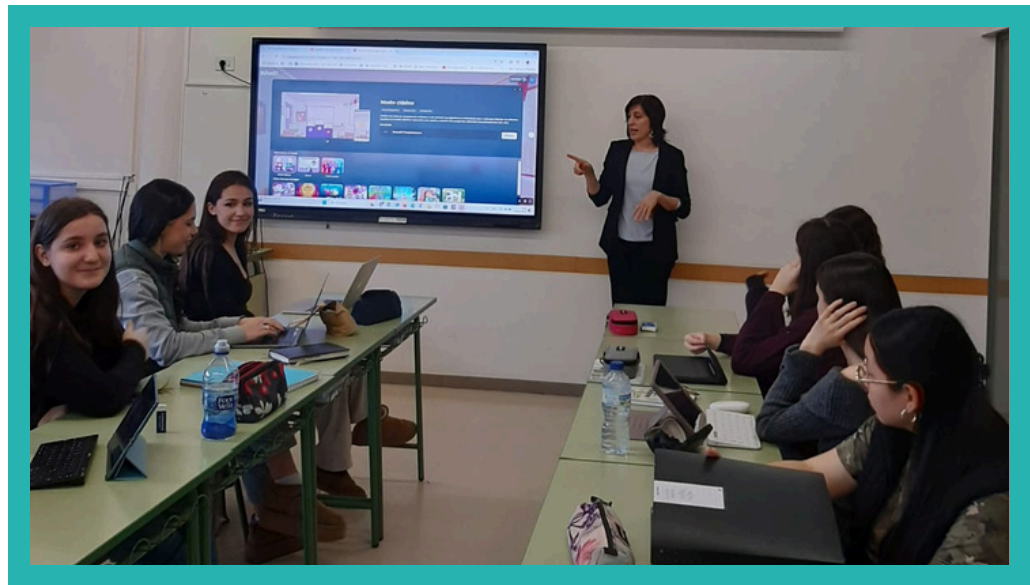
I. Sessions formatives a Instituts de Secundària

Aquest 2025, dos instituts de Lleida han acollit les nostres sessions formatives sobre donació d'òrgans i trasplantaments. L'Institut Josep Lladonosa, en el marc de CAS (Creativitat, Activitat i Servei), adreçat a l'alumnat de Primer de Batxillerat Internacional, i L'Institut Samuel Gili i Gaya, dins de la matèria APS (Aprentatge i Servei), amb les quatre línies de Quart d'ESO.

De caràcter dinàmic i interactiu, les xerrades són a càrrec de les tècniques de la Fundació, Raquel Maya (Comunicació), Cristina Puñet (Treball Social) i Kim Peter (Nutrició). Després d'una primera sessió més teòrica, en la qual animem els estudiants a plantejar totes les preguntes i dubtes que tinguin, convidem al grup a oferir la seva col·laboració amb la nostra entitat tot prenent part activa en el foment de la donació d'òrgans. Els proposem crear material audiovisual senzill per a difondre la importància de la donació d'òrgans i motivar la societat i el seu entorn més immediat envers aquest gest tan altruista i necessari. Compartim els vídeos realitzats en els nostres canals de social media i els projectem en la celebració del Dia Nacional del Donant. (Primer dimecres de juny)



Institut Josep Lladonosa



Institut Gili i Gaya

II. Dia del Donant

IX MOSTRA DE CURMETRATGES PER LA DONACIÓ

*Cada primer dimecres de juny es commemora el Dia Nacional del Donant per retre el tan merescut homenatge als donants i les seves famílies. A la Fundació celebrem aquesta ocasió amb una mostra de vídeos realitzats pels alumnes de quart d'ESO i Primer de Batxillerat que decideixen participar en el projecte. Aquest any vam celebrar ja la IX Mostra, a l'Orfeó lleidatà per quart any consecutiu, amb molt bona acollida i alguns col·laboradors habituals. Vam entrevistar a la Dra. Mariona Badia, Coordinadora de Trasplantaments de l'Hospital Arnau de Vilanova, que ens va explicar el paper dels metges intensivistes en el procés de la donació d'òrgans i les cures al final de la vida, amb la seva calidesa tan característica. També vam parlar amb els portaveus de cada peça audiovisual per saber l'impacte que havia tingut la participació en el projecte en com veuen ara la donació d'òrgans. Un dels moments més emotius de la gala, és el lliurament del Premi del Donant, un detall que simbolitza la vida i la seva continuïtat, i aquest 2025 va ser atorgat a na Teresa Martí, dona d'un donant després de rebre la Prestació d'Ajuda a Morir i autora del llibre **96 Hores**.*

IX MOSTRA DE CURMETRATGES PER LA DONACIÓ

La gala va estar amenitzada per la interpretació d'una cançó d'Oques Grasses i un ball d'apertura de la mà dels alumnes de l'Institut Josep Lladonosa, amb la col·laboració de Viding Ekke. I per acomiadar l'acte, música en directe, a càrrec del grup "Error 404" de l'Institut Samuel Gili i Gaya.



Participants Gala Dia del Donant, 02 de juny 2025

III. Taller de Salut Renal a l'Escola

Visitem l'Escola Pinyana d'Alfarràs amb motiu de la setmana de la Salut i la Prevenció. Treballem amb cycle infantil i amb cycle superior.

A través d'una breu sessió teòrica amb l'alumnat de cinquè i sisè, expliquem la importància dels ronyons al nostre cos, com tenir-ne cura i què passa quan no funcionen. Les xerrades són dinàmiques i sovint les noies i nois tenen molta curiositat i fan molt bones preguntes. Després deixem volar la imaginació i passem a una activitat més creativa. Cada alumne pinta la seva samarreta amb eslògans i dibuixos que fomenten els hàbits saludables i la cura de la salut renal.



ESCOLA PINYANA



A cycle infantil treballem els hàbits saludables a partir d'un conte realitzat per les tècniques de la Fundació. També duem un ronyonet de peluix de fabricació pròpia que ens serveix d'ajuda visual. Al acabar de llegir el conte, els infants realitzen una activitat amb gomets verds i vermells tot identificant els bons hàbits pels ronyons i els dolents. Com a novetat, aquest any ens van entrevistar a la ràdio de l'escola!

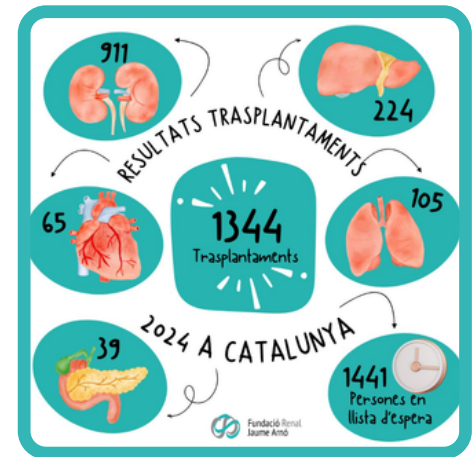
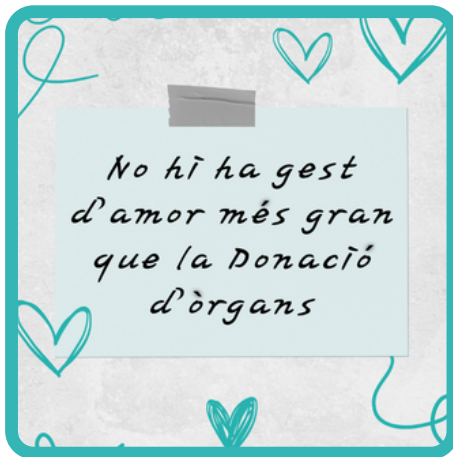


IV. Impacte a les xarxes socials

Els nostres canals de Social Media són una eina molt útil per sensibilitzar i crear consciència sobre la donació d'òrgans. És per això que, sovint, compartim publicacions relacionades amb la donació, testimonis reals de persones trasplantades, notícies actuals i curiositats sobre els trasplantaments.

Resultats

Durant l'any 2025 les publicacions relacionades amb la donació d'òrgans i el trasplantament han obtingut un total de **33.064** impressions/visualitzacions.



ATENCIÓ

multidisciplinar a persones amb malaltia renal

Patir Malaltia Renal Crònica -MRC- té una repercussió molt negativa en la qualitat de vida dels afectats i en la de les seves famílies. A més de precisar un Tractament Renal Substitutiu -diàlisi o trasplantament-, es necessita afrontar la malaltia i formar-se per a aconseguir el màxim nivell d'autonomia i obtenir millor adherència terapèutica.

Per això, la Fundació Renal Juame Arnó duu a terme, amb la col·laboració de Fundació la Caixa, el projecte "Atenció multidisciplinar a persones amb malaltia renal crònica i les seves famílies", tant a Tarragona com a Lleida de manera gratuïta, per a augmentar les capacitats i habilitats a les quals ha de fer front el col·lectiu, donada la complexitat de les autocures obligades, evitant així el desistiment en l'auto responsabilitat per problemes psicosocials, no seguiment de recomanacions dietètiques, vulnerabilitat econòmica, abandó del tractament mèdic o altres causes. A través del projecte proposem una atenció integral coordinada, a més a més, amb professionals de la salut d'hospitals i centres de diàlisi de Lleida i Tarragona i centres transplantadors de Barcelona, que beneficiï al col·lectiu.

Els objectius específics del projecte són:

1. Millorar la qualitat de vida de persones amb MRC a través d'atenció i formació que augmentin la corresponsabilitat i la autonomia personal.
2. Donar suport als familiars i cuidadors a través de jornades formatives sobre la MRC i orientació psicosocial que els permeti conèixer la malaltia i millorar les cures.
3. Cobrir les necessitats de medicació per a promoure la millora o manteniment de la salut de persones en situació de vulnerabilitat econòmica i social que sofreixen malalties renals cròniques o altres patologies associades.
4. Promoure els valors socials de solidaritat i altruisme que representa la donació d'òrgans, augmentant el nombre de donacions i la qualitat de vida de les persones beneficiades.



Atenció social



Atenció psicològica



Atenció nutricional

amb el suport de

NUTRESPORT

L'any 2025 posem en marxa Nutresport, un projecte per millorar significativament la qualitat de vida i l'estat de salut de pacients trasplantats de ronyó o en llista d'espera a la província de Lleida i Tarragona, mitjançant la implementació d'un programa trimodal que combina l'atenció nutricional, l'activitat física regular i la fisioteràpia. Aquesta iniciativa ens ajudarà a prevenir complicacions, mantenir la funció renal, perllongar la supervivència de l'empelt i promoure el benestar general. Tanmateix, realitzem un acompanyament, suport i seguiment nutricional individualitzat i especialitzat en malaltia renal a persones que estan trasplantades o en llista d'espera i els seus convivents. Llitem per reduir el percentatge de pacients amb desnutrició o sobrepès per tal d'afrontar la cirurgia en les millors condicions físiques. Fomentem l'activitat física posant en marxa un programa d'exercici adaptat. (pre i post trasplantament), reduint el sedentarisme i els nivells de fatiga i millorant la mobilitat articular, la força muscular, la capacitat funcional i l'autonomia en les activitats diàries.



P.36

Andrea de Fisioteràpia CF realitzant activitat física adaptada amb una usuària

FEM XARXA!



COCEMFE Catalunya ha ampliat aquest any el projecte “Cuidar a las personas cuidadores” adreçat a donar suport a les persones que tenen cura de persones amb discapacitat física i orgànica, amb l'objectiu de millorar la seva salut física, mental i emocional i facilitar la seva tasca quotidiana.

Enguany, el projecte s'ha estès a la província de Lleida. La jornada en aquesta província es va dur a terme el 10 de desembre, amb la participació de 12 persones que provenien de tres de les cinc entitats federades a la Federació Terres de Ponent – COCEMFE Lleida. La trobada va ser al Balneari Rocallaura, a Vallbona de les Monges, on van gaudir dels beneficis del circuit termal.

Les persones assistents van valorar especialment el temps dedicat a l'intercanvi d'experiències, ressaltant el sentiment unànim d'ajuda mútua i la importància de compartir amb altres les inquietuds de les persones cuidadores.



El 8 de maig assistim i moderem l'acte "Donar vida des de la primària", iniciativa de l'Organització Catalana de Trasplantaments (OCATT), amb el suport de la Regió Sanitària Lleida, la primera de deu sessions divulgatives a tot Catalunya per compartir experiències entre l'atenció primària i el sistema de donacions i trasplantament. La sala d'actes de la Diputació de Lleida va acollir l'acte, en què van participar una trentena de professionals sanitaris i persones trasplantades.

La jornada tenia com a objectiu compartir i debatre sobre els vincles i les sinergies entre l'atenció primària i l'àmbit de la donació i el trasplantament a través de l'experiència dels professionals del territori.



Sala d'actes Diputació de Lleida

FESALUT

Articles Diari La Manyana



La col·laboració amb FeSalut permet a les entitats que en formem part, publicar articles divulgatius a la secció de Salut del diari La Manyana, amb la finalitat d'informar a la població general sobre aspectes relatius, en aquest cas, a la malaltia renal crònica, les seves cures, la donació d'òrgans, etc ...

Aquest 2025, des de la Fundació hem publicat 9 articles. El mes de gener, la Raquel Maya, va publicar l'article “**Donació d'òrgans, impacte solidari en la societat**”, amb els resultats de trasplantament de l'any 2024 a Catalunya. Més tard, al febrer, va compartir curiositats sobre “**Els ronyos, òrgans fascinants**” i al desembre, va parlar sobre la importància de la prevenció i el cribatge poblacional amb l'article “**Prevenir la malaltia renal costa menys que un cafè**”. Al març, vam publicar l'entrevista a la Dra Milica Boozic, investigadora de l'IRB Lleida, “**Avenços en la lluita contra la nefropatia i l'obesitat**”.



El nostre psicòleg va escriure a l'abril sobre “l’**Impacte emocional de la malaltia renal**”. Al setembre, amb motiu del Dia Mundial de la lluita contra el suïcidi, va parlar sobre aquesta “**Tragèdia silenciada**” i la necessitat de buscar ajuda. Al Desembre va publicar l'article “**Dormir bé per viure millor**”, on parlava de les claus d'un bon descans, pilar de la salut física i mental. La nostra treballadora social va parlar al novembre sobre “l’**Evolució del treball social en la discapacitat**” i la nutricionista va compartir al desembre una **Recepta** nefro apta i saludable tenint en ment les festes i les complicacions que suposen quan hi ha restriccions dietètiques. Agraïm molt disposar d'aquest espai per visibilitzar la nostra entitat.

Diput

El·l·evolució del treball social en el àmbit d



El paper del treball social en l'àmbit de la discapacitat ha experimentat una profunda transformació. Als seus inicis, prevalia un enfocament assistencialista i caritatiu, basat en el "model mèdic" de la discapacitat que la considerava una patologia individual a curar o gestionar mitjançant l'entrament. Els treballadors socials actuaven com a gestors d'institucions o provedors d'assistència bàsica, sense qüestionar l'exclusió social i la segregació que patien aquestes persones. La meta no era la integració, sinó el control i la gestió d'un problema social, limitant severament l'autonomia i els recursos comunitaris i advoca per canvis i educació, l'ocupació i l'accessibilitat generalitzada amb el moviment associatiu i un entorn social són fonamentals en aquesta pràctica mo.

En conclusió, l'evolució del treball social camp reflecteix un canvi de paradigma societat i la justícia social. La professió ha passat agent de l'exclusió i l'assistencialisme a un i la lluita per la igualtat d'oportunitats, la vida i el reconeixement dels drets humans de les p discapacitades. I així ho commemora el 3 de Mundial de la Discapacitat.

El rol del professional és un defensor i fa empoderar les persones amb discapacitat, co recursos comunitaris i advoca per canvis i educació, l'ocupació i l'accessibilitat generalitzada amb el moviment associatiu i un entorn social són fonamentals en aquesta pràctica mo.

El gè crucial és va produir amb l'adopció del "model social" i l'enfortiment de drets humans, impulsat pels moviments d'activistes a les dècades del 1960 i el 1970. Aquest nou paradigma sotmet que la discapacitat no resideix en la deficiència individual, sinó en les barreres socials, físiques i actitudinals. Les persones amb discapacitat van passar de ser objectes de caritat a subjectes de drets amb capacitat d'autodeterminació.

Aactualment, el treball social se centra en l'inclusió de barreres i la promoció de la inclusió plena a la societat.

+ + + +

Dormir bé per viure millor



Dormir bé sentia un acte servil per a aquells que no tenien problemes de ser reclosos al cap i a l'extrem, s'acomoden i es desparren, mica d'algua, fumen a guants i el no sense sentir. Per a aquells i noivats, en canvi, dormir pot com una complexa ontologia plena de mels i reflexions que, tot i així, no dormen. La paradoxa és que potser hauríem de recuperar un bon descans, però principal de tot l'ansietat són, un conjunt de recomanacions i expectatives de l'entorn i de l'estil de que obtenim un descans més repar que la majoria són pautes sanes i correctes, el seu impacte està en moltes accions mèdiques i es repeten amb en consultes professionals.

La regla de mantenir horaris regulars i a dormir com per feuar-se, fins a de setmana. Alterar aquests ritmes i no de generar problemes entrinca alment important: és no romandre del necessari al 12, passar massa i pot fragmentar al 10 i ser-lo més solides recomanen que, si passen una sense aconseguir adormir-se, la veu i realitat alguna activitat tranquil·la i habitació. La idea és relaxar entre el i on. Per aquesta raó també evitar activitats al llit com llegir, menjar o utilitzar el telèfon, on clau és evitar les imatges ban-

gestes, així com realitzar exercici suau cada dia, preferiblement a la tarda i mai des de les tres hores prèries d'anar a dormir. L'exercici intens mitja a prop de la nit pot activar l'orgasme i dificultar l'aparió del son.

Des nostre previu al descansar –entendre-se deserts, començar el dijum, preparar la teta de l'endemà – ajuda a entrar en un estat de relaxació al cos. També poden resultar útils les tècniques de respiració lenta, la visualització o un baby talk.

Les substàncies estimulants, com la cafeïna, s'haurien d'evitar durant la tarda, mentre que l'alcohol i el tabac també afecten negativament la qualitat del son mitjançant les fases onivores sobre el seu efecte relaxant.

De la mateixa manera, s'haurien d'evitar com a mínim dues hores abans d'anar a dormir, controlar el consum de líquids a la nit i mantenir el dormitori en condicions òptimes: temperatura

Francisco P
Fundació Pons jaari
Psicòleg clínic Col·legit núm. 6

a | DIMECRES 10 DE SETEMBRE DE 2023

El suïcidi, la tragèdia silenciada



Hegit núm. C-20894

10 de setembre
Dia Mundial
per a la
Prevençió del
Suïcidi

diàdes d'intencions co que van retardar mesures ves per reduir-ne el cony, cas dels accidents de tra. Basteu una combinació o patryes de sensibilització, en la següent vida i en de sancions per aconseguir reducció del 75% en que des. En el suïcidi, però, no haver-li interessos que ja la mació, i tot i així, col amonats en xifres pròies idèntiques a les de l'any 19. Potser part de l'explicació tobé en els mitges que ha truit per tranquil·litzar-ne parlar de suïcidi i bones qui ho intenta "només va l'atenció", que res no es per evitar-ho. Creences errònies que n un silenci col·lectiu i que dificulten que intervenció ocupi el foc que mereix en l'ègria i social.

El suïcidi és una malaltia cura, massa i marxa de cura, però el silenci no li parlem. Com a societat, hem demost som capaces de canviar conductes i dies que decidim actuar. Tard o d'hora d'escollir aquest persistent dogm

tant, però el silenci és encara més fort. No ens espantem amb cada cas, no sentim el cop de consciència que ens mobilitza en altres àmbits. El suïcidi d'un menor d'una dona o d'un home adult sol presentar-se com un fet aïllat, gairebé inevitable, quan en realitat forma part d'un fenomen col·lectiu que es repeteix any rere any sense que aconseguim modificar la tendència.

Resulta difícil comprendre per què, a diferència d'altres problemàtiques, no s'ha impu-

FESALUT

Promoció de l'activitat física

La col·laboració de FESALUT amb la Fundació ha fet un pas endavant amb la cessió d'un espai específic per a la realització d'activitat física adreçada a persones amb malaltia renal i altres patologies. Aquest nou recurs no només facilita un entorn adequat i accessible, sinó que també reforça el compromís amb la promoció d'hàbits saludables dins la comunitat.

Un dels valors afegits més destacats és la incorporació d'un monitor-entrenador especialitzat, que guia les sessions perquè siguin més dinàmiques, segures i adaptades a les necessitats de cada participant. Això incrementa l'eficàcia del programa i, alhora, genera confiança i motivació entre les persones assistents.



FISIOTERÀPIA

El conveni de col·laboració amb el centre de fisioteràpia CF Centre de Fisioteràpia a Lleida representa un pas important en l'atenció integral als nostres usuaris. Gràcies a aquest acord, les persones amb malaltia renal poden accedir a tractament individualitzat de fisioteràpia, així com participar en sessions d'activitat física adaptada i dirigida per professionals especialitzats.

En el context de la malaltia renal, l'exercici físic supervisat és una eina clau per combatre la fatiga, prevenir la pèrdua de massa muscular i afavorir una millor qualitat de vida. A més, contribueix a reforçar l'autonomia personal i el benestar emocional, elements fonamentals en processos crònics.

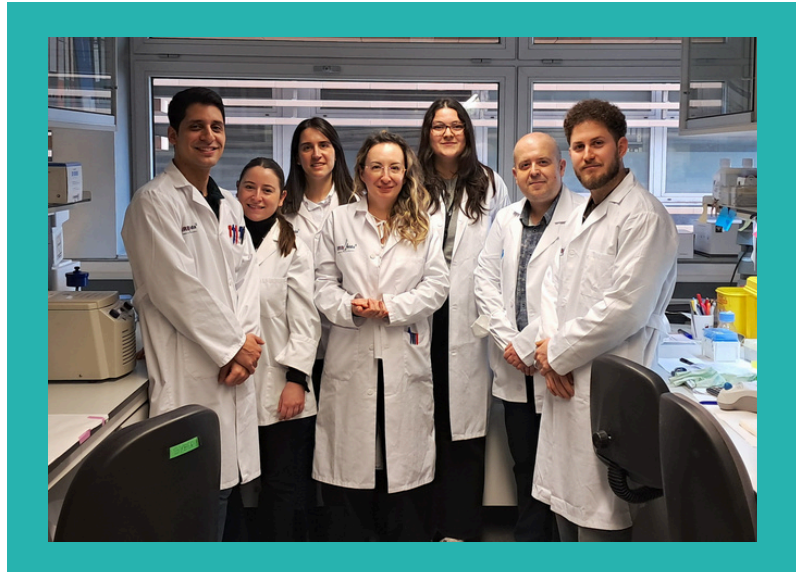


Sessions grupals dirigides a CF Fisioteràpia

IRB LLEIDA

En el marc del Dia Mundial de l'Obesitat, important factor de risc per a malaltia renal, entrevistem la Dra. Milica Boozic, investigadora principal d'un projecte de l'IRB Lleida que estudia els microRNA (miRNA). Les petites molècules d'RNA podrien servir potencialment com a biomarcadors i dianes terapèutiques per a orientar un tractament clínic més apropiat de la malaltia renal crònica associada a l'obesitat.

Si s'aconsegueix validar aquests resultats, es podria millorar la detecció precoç, personalitzar tractaments i canviar els protocols clínics per a tractar la malaltia renal crònica.



Al centre, la Dra. Boozic amb el seu equip d'investigadors

IRB LLEIDA

Participem a la sisena jornada #SomRecerca, organitzada per l'IRB Lleida, una trobada per reflexionar sobre el paper del pacient a la recerca de l'IRBLleida. Durant la jornada es va presentar la Comissió de Pacients de l'IRBLleida. Aquesta comissió neix amb la voluntat d'afavorir una recerca i innovació més inclusiva, on es pugui donar veu i escoltar a la societat per tal que tingui un paper més rellevant en totes les fases de la recerca i la innovació.



Ignaci Gracia, Director de la Fundació entre els membres de la Comissió de Pacients

DTI FOUNDATION

El 12 de desembre vam participar, juntament amb un grup de persones trasplantades de diferents òrgans, a la “Jornada de Donació i Trasplantament” organitzada per la Fundació DTI per a estudiants de tercer de Medicina de la Universitat de Barcelona, celebrada a l’Hospital Clínic de Barcelona.

L’acte va tenir molt bona acollida, més de 150 assistents. Aquest espai va permetre compartir la realitat de la llista d’espera i explicar com el trasplantament transforma la vida, retornant autonomia i temps de qualitat amb els éssers estimats.

La intervenció d’en Ignacio Gracia, director de la Fundació, es va centrar en l’humanisme en medicina, destacant la importància d’una comunicació empàtica i d’una relació propera entre professionals, pacients i famílies. També va compartir la seva experiència personal i la tasca que desenvolupa la Fundació al servei del col·lectiu.

Va ser una jornada enriquidora que reforça els vincles entre entitats, pacients i futurs professionals de la salut.



SISTEMES RENALS

Música en diàlisi

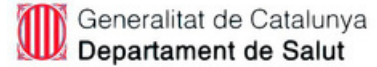


El mes d'abril, un grup d'alumnes de l'orquestra de l'Institut Samuel Gili i Gaya de Lleida, ens van acompanyar al centre de Sistemes Renals amenitzant la sessió de diàlisi amb música en directe. Vam passar una estona molt animada. Després de les actuacions vam poder parlar amb les noies i nois de quart d'ESO sobre les dificultats del tractament i la importància social de la donació d'òrgans perquè les persones lligades a la diàlisi puguin optar al trasplantament, que els canvia la vida. Aquestes activitats formen part de la matèria Aprenentatge i Servei (APS), un projecte educatiu amb utilitat social.



Alumnes de l'orquestra de l'Institut Samuel Gili i Gaya a Sistemes Renals

ELS NOSTRES PRINCIPALS COL·LABORADORS



amb el suport de:





Fundació Renal Jaume Arnó

T. 973 241 041

frenal@fjarno.org

C/ Enric Granados, 3 1º

25001 Lleida

Via de l'Imperi Romà, 11

43003 Tarragona