BOLETÍN
alcergiralda
Boletín informativo de la Asociación para la Lucha contra las Enfermedades del Riñón · Nº3 · marzo 2011

# No dejes que tus riñones dañen tu corazón

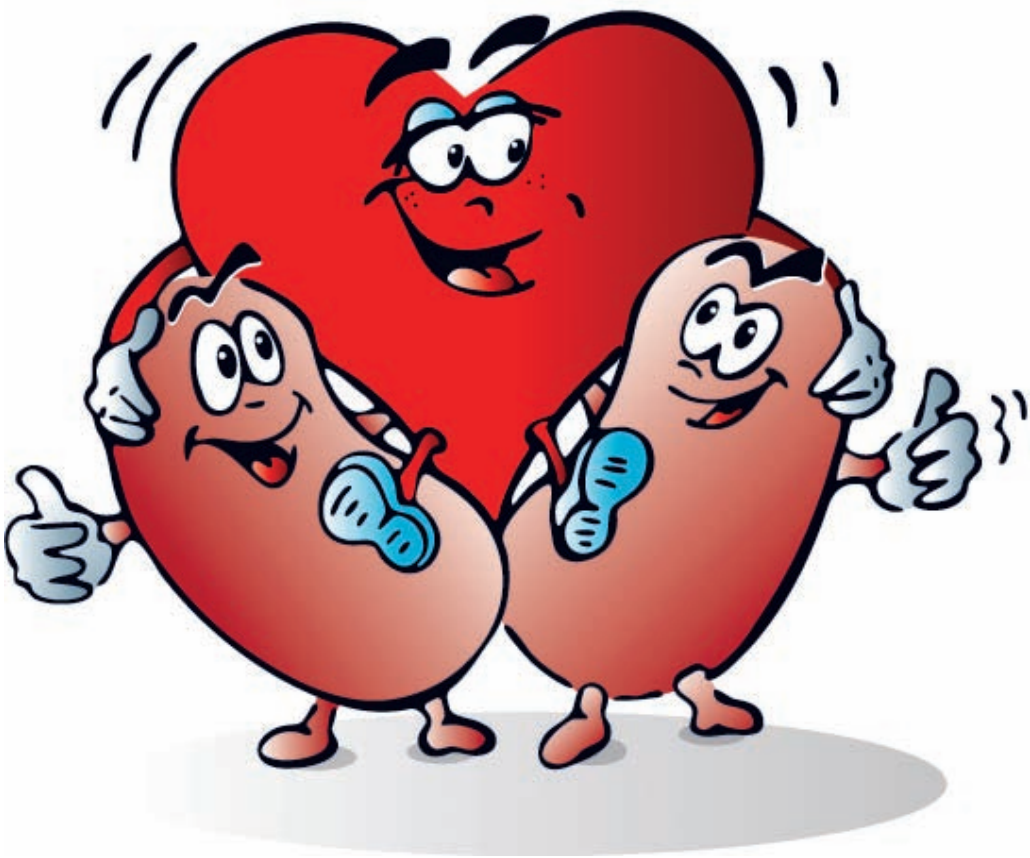
## El Día Mundial del Riñón incide, en 2011, en la prevención de enfermedades cardiovasculares

El próximo día 10 de marzo tendrá lugar el Día Mundial del Riñón, cita anual organizada de manera conjunta por la Sociedad Internacional de Nefrología y la Federación Internacional de Fundaciones Renales, y con la que se pretende captar la atención de la población acerca de la problemática de los enfermos renales y de los peligros que esta patología supone para la sociedad, principalmente la insuficiencia renal crónica.

Desde su puesta en marcha en 2006, el Día Mundial del Riñón se ha convertido en el evento relacionado con la enfermedad renal más celebrado en el mundo. En esta edición de 2011, se pretende incidir en el importante, aunque a veces desconocido, papel que juega la disfunción renal en el incremento de las insuficiencias cardiacas prematuras, la principal causa de morbilidad y mortalidad en el mundo. Una temprana detección y prevención de problemas renales disminuye, a largo plazo, el riesgo de padecer enfermedades cardiovasculares.

Por todo ello, bajo el lema *"Protege tus riñones, cuida tu corazón"*, se van a poner

**Sigue en la página siguiente ▶**



**Para todos los asociados/as, Aselegal Consultores ofrece su Tarjeta Consulta Asesora**

Recortar y canjear en nuestras oficinas por la tarjeta original.

aselegal CONSULTORES

**Tarjeta Consulta Asesora**

Asesoría Jurídica, Laboral y Fiscal
Gestión de complejos Inmobiliarios, Comerciales y Turísticos

DNV Certificado de Calidad Norma ISO 9001/2008

ALCER GIRALDA

Esta tarjeta garantiza a ALCER GIRALDA la atención y consulta individualizada GRATUITA por los profesionales de ASELEGAL Consultores (vía telefónica, correo electrónico o en Despacho) así como la reducción de un 30% en los procedimientos administrativos y judiciales que nos solicite, previa aceptación de presupuesto. (Sujeto a normas de contratación - Se deberá acreditar la condición de asociado/a)

Av. de Cádiz, 13 local Bajo 41004 Sevilla / Tel.: 954 53 64 34 / Fax: 954 98 72 57
atencionalcliente@aselegal.com / www.aselegal.com

Boletín informativo de la Asociación para la Lucha contra las Enfermedades del Riñón

**Nº3 · marzo 2011**

Edita:

ALCER GIRALDA
DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA

C/ Luis Montoto, Pasaje Nebli, Local 3, Módulos A y B
41018 Sevilla

Tel:954.42.38.85 - 649.43.44.37
Fax: 954.41.12.16

alcer_gi@hotmail.com
www.alcergiralda.org

Imprime:

Saxoprint.es

Colabora:

Diputación de Sevilla

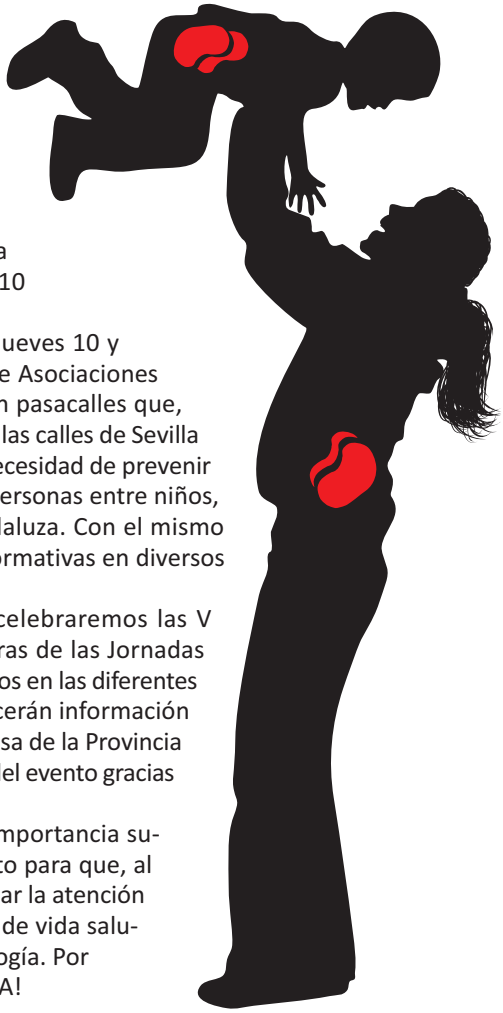
◀ **Viene de la portada**

en marcha una serie de iniciativas para concienciar a la ciudadanía sobre este aspecto.Alcer Giralda se ha sumado de lleno a esta conmemoración confeccionando un calendario de actividades (más información en la página 5) que abarca desde el propio jueves 10 de marzo hasta el domingo 13.

Para comenzar, hemos organizado, para el jueves 10 y en colaboración con la Federación Andaluza de Asociaciones Alcer y la Sociedad Andaluza de Nefrología, un pasacalles que, con un carácter alegre y participativo, recorrerá las calles de Sevilla con la intención de transmitir a la sociedad la necesidad de prevenir una enfermedad que afecta a más de 10.000 personas entre niños, jóvenes y mayores en toda la Comunidad Andaluza. Con el mismo objetivo, el viernes 11 instalaremos mesas informativas en diversos puntos de la ciudad.

Y para finalizar, el domingo 13 de marzo celebraremos las V Jornadas Provinciales de Salud Renal (herederas de las Jornadas Provinciales de Enfermos Renales) donde expertos en las diferentes materias relacionadas con la enfermedad ofrecerán información de interés a los participantes que acudan a la Casa de la Provincia que, por segundo año consecutivo, será la sede del evento gracias a la colaboración de la Diputación de Sevilla.

Desde Alcer Giralda consideramos de vital importancia sumarnos a la celebración mundial de este evento para que, al menos por un día, consigamos entre todos captar la atención de la sociedad y concienciarla a seguir hábitos de vida saludables para prevenir la aparición de esta patología. Por el bién de todos y por el tuyo propio ¡PARTICIPA!



## 123 EL DATO

Más de **50.000 personas** visitaron durante las pasadas navidades el **Belén de la Solidaridad**. ¡¡¡Gracias a todos!!!.

Colabora con Alcer y **consigue por solo 1 euro una noche para dos personas con cena y desayuno en el parador nacional que tú elijas**

**Infórmate en el 954.42.38.85**

## LA IMAGEN

### Carteles que salvan vidas

El pasado 27 de diciembre se inauguró la exposición de carteles "To be continued" en la que 34 diseñadores de prestigio transmiten, a través de sus carteles la importancia de las donaciones de órganos para que los médicos puedan hacer realidad los trasplantes. El título del proyecto, asociado a grandes secuelas cinematográficas, lanza un mensaje positivo a familiares de donantes y a pacientes que se encuentran en la lista de espera para ser trasplantados. La exposición, ubicada entre la Puerta de Jerez y el Coliseo, ha sido puesta en marcha por Buenavista Obras Social y ha contado con el respaldo de las seis asociaciones de trasplantados de Andalucía, entre ellas Alcer Giralda.

Relaciones institucionales

# Acuerdos de colaboración con los hospitales Macarena y Virgen del Rocío

**José Soto, presidente de Alcer Giralda, durante el acto de la firma del acuerdo de colaboración con el Hospital Virgen del Rocío**

Alcer Giralda ha firmado sendos acuerdos de colaboración con las unidades de gestión clínica de uronefrología de los Hospitales Virgen Macarena y Virgen del Rocío. El objetivo principal de estos acuerdos es establecer un marco de colaboración entre los representantes de los enfermos renales y los profesionales sanitarios, tanto médicos especialistas como enfermeros, para trabajar la prevención y la mejora asistencial del paciente renal.

Entre los compromisos aceptados destaca el intercambio de información para elaborar proyectos comunes, el establecimiento de un calendario de encuentros y la elaboración y difusión de las actividades que se realicen en pro del paciente renal.

Ocio y Tiempo Libre

# Interesante visita guiada al Castillo de San Jorge

Alcer Giralda puso en marcha, el pasado domingo 16 de enero, el programa de ocio y tiempo libre para 2011 con una visita guiada al Castillo de San Jorge, sede de la inquisición en España durante más de tres siglos.

El grupo que hizo la visita realizó un recorrido por los restos recuperados del castillo, situados bajo el mercado de Triana, que sirvió para adentrarse en una visión global de cómo funcionaba la institución inquisidora y lo que significaba en la vida de los ciudadanos de la época. El recorrido finalizó con un paseo por la orilla del río Guadalquivir, el Altozano y la calle Castilla que permitió conocer secretos del singular barrio de Triana.

Con este programa, Alcer Giralda pretende fomentar la diversión y el entretenimiento del enfermo renal con actividades lúdicas, culturales y de convivencia. Para el año 2011 hay programadas diferentes citas que se irán realizando a lo largo del año.

# Un año que será dificil de olvidar

**Alcer Giralda continuó en 2010 su labor de sensibilización social y asistencia al enfermo renal en un año marcado por la pérdida de nuestra querida compañera María José ■ El programa de asistencia integral al enfermo renal realizó más de 2.500 actuaciones durante el año**

Sin duda alguna, el año 2010 será recordado como el año que se nos fue una parte del corazón de Alcer Giralda. Pero gracias a sus últimos latidos y al camino que nos dejó marcado, quienes recogimos tan generoso testigo hemos podido continuar, un año más, trabajando para hacerle la vida un poquito más fácil a los enfermos renales de la provincia de Sevilla. A continuación, resumimos muy brevemente un año que, sin duda, será dificil de olvidar.

**Atención integral al enfermo renal**

Alcer Giralda atiende al colectivo de pacientes y familiares en aquellos aspectos no cubiertos por la administración sanitaria y que resultan esenciales para la mejora de su calidad de vida y su inserción social y laboral. El programa de atención integral al enfermo renal, que en 2010 ha realizado más de 2.500 actuaciones, proporciona a pacientes y familiares atención psicológica, asistencia social, orientación laboral y un servicio de fisioterapia a domicilio.

La asistencia se completa con la gestión de plazas de diálisis para vacaciones (52 en 2010) y con acuerdos de colaboración como los suscritos con Famedic, la Facultad de Podología, Gaes u Ópticas Centrovisión que permiten a los socios de la entidad beneficiarse de ventajas y descuentos.

**Fomento de la donación de órganos**

El mejor tratamiento que puede recibir un paciente renal es el trasplante y Alcer Giralda trabaja día a día por sensibilizar a la sociedad sobre la donación como medio para aligerar las listas de espera. Para ello, se ha colaborado estrechamente con las otras asociaciones de trasplantados de Sevilla y con la Coordinadora de Trasplantes, realizando charlas y mesas informativas, y participando en actividades como la inauguración de calles y plazas a los donantes , el Belén de la Solidaridad o la obra de teatro “Reforma de interiores”.

**Información y comunicación**

Una de las tareas de Alcer Giralda es proporcionar al colectivo de enfermos renales información sobre todos aquellos aspectos relacionados con la enfermedad renal y dotarle de herramientas que le permitan mejorar su calidad de vida. Para ello, en 2010 organizamos las IV Jornadas Provinciales de Enfermos Renales y el Primer

Encuentro de Salud Renal, además de poner en marcha el boletín del que usted tiene en sus manos el tercer número.

**Relaciones institucionales**

Alcer Giralda continua siendo la voz y la representación del colectivo de enfermos renales de la provincia de Sevilla ante las diferentes instancias públicas y/o privadas. El hito más importante en este aspecto ha sido la firma de convenios de colaboración con los hospitaltes, de los que tienen más información en este boletín.

**Ocio y tiempo libre**

Como complemento a la labor asistencial, se lleva a cabo el Programa de Ocio y Tiempo Libre, con el que se pretende incentivar a los pacientes renales y familiares a participar e integrarse en el colectivo, disfrutando a la vez de los diferentes espacios que la ciudad y la provincia ofrecen. En 2010, se han organizado visitas al Hospital de la Caridad, la fábrica de Coca-Cola, al Monasterio de la Cartuja y a la estación ecológica acuática, además de la tradicionales comidas de convivencia en el Parque del Alamillo y de Navidad.

# 10mar

## ▶ Pasacalles por el Día Mundial del Riñón

Para conmemorar el Día Mundial del Riñón celebraremos un pasacalles lúdico y participativo por las calles de Sevilla que contará con la participación de grupos de teatro y animación y la presencia de diferentes colectivos y autoridades de la ciudad.

El pasacalles comenzará a las **12.00 horas** en la **Plaza Nueva**, donde instalaremos una mesa informativa y recorrerá las calles Tetuán y Sierpes para volver a la Plaza Nueva.

Necesitamos la participación de todos para que esta iniciativa tenga la máxima repercusión posible. **Por el bien de todos y por el tuyo propio !PARTICIPA¡**

# 13mar

## ▶ V Jornadas Provinciales de Salud Renal

Alcer Giralda organizará el próximo domingo **13 de marzo** las **V Jornadas Provinciales de Salud Renal** (antiguas Jornadas de Enfermos Renales), que supondrán una nueva oportunidad de escuchar a expertos en las diferentes materias tratar temas de interés general para el colectivo de enfermos renales.

En esta ocasión, la cita contará con la presencia del Dª Teresa Aldabó, coordinadora de trasplantes de Sevilla y Huelva, quien informará sobre los últmos **avances de la investigación en materia de trasplantes**. Dª Cristina López, directora regional de formación de los laboratorios Avène, expondrá los riesgos de la exposición al sol de los enfermos renales, sobre todo los trasplantados, y ofrecerá las diferentes alternativas para el **ciudado de la piel**. Y para quienes estén en diálisis y quieran viajar, D. Pasqual Gasol, director gerente de Diatravel, ofrecerá consejos y alternativas para hacer ver a los pacientes que es posible el **turismo en diálisis** de manera segura y sin que el tratamiento suponga un obstáculo para el ocio.

Después de las conferencias, celebraremos un **almuerzo de convivencia** en el restaurante El Cabildo (Plaza del Cabildo, s/n) y realizaremos la visita guiada **"Historias y leyendas del Barrio de Santa Cruz"**. El precio del menú y la visita es de 27€ (23€ para los socios Alcer Giralda) y se podrán realizar reservas hasta el jueves 10 de marzo en la sede de Alcer Giralda o en el 954.42.38.85.

Para esta edición de las jornadas, Alcer Giralda ha contado con la colaboración del Ayuntamiento de Sevilla y de la **Diputación Provincial de Sevilla**, que amablemente ha cedido las instalaciones de la **Casa de la Provincia** para este evento. Nos vemos allí (Plaza del Triunfo, 1) a las 10.00. **Entrada libre y gratuita hasta completar aforo**.

## Naturaleza para todos

Alcer Giralda va a participar en el programa **"Naturaleza para todos"** puesto en marcha por Egmasa y que está **especialmente pensado para los colectivos con mayores dificultades para el acceso**, uso y disfrute de nuestros espacios naturales. Todas las visitas del programa son guiadas por monitores especializados y tienen las adaptaciones necesarias para cada colectivo.

Las visitas durarán media jornada y tendrán un coste de **14€ (11€ para los socios de Alcer Giralda)**, donde se incluye la inscripción a la actividad y el traslado en autobús. Infórmate de todo en la sede de Alcer Giralda o en el 954.42.38.85. Anímate, participa y conoce la naturaleza en compañía.

# 10abr

## ▶ Ruta botánica del Buitrago

Ruta circular, muy sencilla en su realización, donde apreciaremos los diferentes ecosistemas que coexisten en el **Corredor Verde del Guadiamar**, así como la labor de recuperación realizada en la zona tras la rotura de la balsa de la mina de Aznalcóllar.

El recorrido se inciará en el Centro de Visitantes del Corredor Verde del Guadiamar, en Aznalcázar, y finalizará en el Jardín Botánico del Buitrago donde se realizará un recorrido interpretativo y talleres que nos permitirán conocer la flora del Guadiamar y sus usos más tradicionales.

# 22may

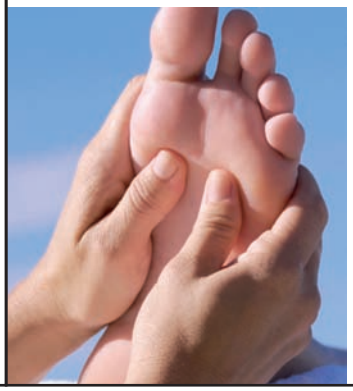
## ▶ Parque Natural de la Sierra Norte

Visita que se incia en el Centro de Interpretación del Parque Natural de la Sierra Norte y continúa por un sendero adaptado a personas con movilidad reducida, donde se podrán visitar espacios naturales de gran valor paisajístico.

Con esta actividad se pretende dar a conocer el espacio natural de la Sierra Norte de Sevilla y reconocer los valores naturales y culturales del espacio.

# 17may

## ▶ Charla-coloquio sobre el cuidado de los pies



Tras el éxito de la conferencia celebrada en las Jornadas Provinciales de 2010, Alcer Giralda y la Facultad de Podología realizarán una charla de especial interés para los enfermos renales, especialmente para los que padecen diabetes.

La cita, el jueves 19 de mayo, a las 19.00 horas en el Centro Docente de Fisioterapia y Podología (C/ Avicena, s/n).

# COMPRA TU VEHÍCULO NUEVO EN SYRSA SAN PABLO Y TE REGALAMOS LA PRIMERA REVISIÓN*

## Oferta especial para socios de ALCER GIRALDA

www.renault.es / 902 333 500

*Oferta válida hasta el 31/12/2011 para socios de ALCER GIRALDA. Oferta válida sólo para compras realizadas en Syrsa Automoción San Pablo a través de Francisco Herrera Herrera. La revisión regalada es la primera revisión preconizada por el fabricante valorada hasta en 250€ (según modelo), además ésta sólo podrá realizarse en las instalaciones de Syrsa Automoción.

RENAULT recomienda elf

RENAULT

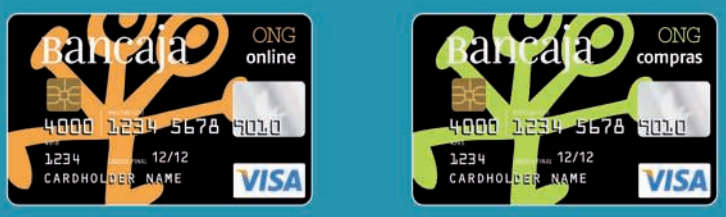
## SYRSA AUTOMOCIÓN

Autopista de San Pablo, s/n · Tel 954 93 93 93 · SEVILLA

# Ayuda a Alcer Giralda con la tarjeta ONG de Bancaja

Nuevas tarjetas Bancaja ONG.
**Otra forma de ayudar.**

Elige la ONG que quieras y la mitad del beneficio que Bancaja obtenga cada vez que uses la tarjeta, será para ella.




si no es bueno para ti, no es bueno para nosotros

Bancaja