

Este domingo 12 de julio, “Mójate por la Esclerosis Múltiple” en Cantabria

- La campaña “Mójate por la Esclerosis Múltiple” es una iniciativa de sensibilización y solidaridad con las 55.000 personas que padecen esta enfermedad en España, más de 600 personas en Cantabria.
- La campaña se ha presentado esta mañana en rueda de prensa en el Ayuntamiento de Santander y la Concejala de Salud, Noemí Méndez, ha animado a los cántabros a participar en todas las acciones que la [ACDEM](#) propone para alcanzar las mil brazadas digitales en apoyo a las personas con Esclerosis Múltiple.
- “Este año, por motivos de la COVID, la actividad habitual que solemos hacer en nuestras playas y piscinas será muy limitada, por eso la meta es que la iniciativa siga viva en el mar digital”.

Santander 10 de julio 2020.- Desde hace 26 años, el segundo domingo de julio, miles de personas se mojan en todo el país en solidaridad con las personas que padecen Esclerosis Múltiple. El día ha llegado y aunque este 2020 no es como los anteriores, las ganas y la ilusión porque la enfermedad se visibilice siguen siendo las mismas.

Esta mañana, en rueda de prensa, la Concejala de Salud, Noemí Méndez, el Secretario de la Asociación Cántabra de Esclerosis Múltiple (ACDEM), Fernando Ramos, y la coordinadora de la asociación, Silvia Azcona, han presentado la 15ª edición de “[Mójate por la Esclerosis Múltiple](#)”, una iniciativa social y de solidaridad con las 55.000 personas que tienen esclerosis múltiple en España, más de 600 personas en la región cántabra.

La campaña que se celebra este domingo 12 de julio, es de carácter nacional y se realiza a lo largo de toda la geografía española con el objetivo de sensibilizar a la sociedad con la esclerosis múltiple, en especial a los jóvenes. “La Esclerosis Múltiple es la primera causa de discapacidad no sobrevenida en la población joven de este país”, ha explicado Ramos, durante la rueda de prensa.

Por su parte, la edil de Salud ha animado a los ciudadanos a participar en esta jornada solidaria y de visibilización, al tiempo que ha agradecido el trabajo diario de la [ACDEM](#) con los pacientes que sufren la enfermedad en la región. “Para nosotros es muy importante estar en contacto con los pacientes, poder acompañarlos en su día a día y colaborar en acciones que permitan dar a conocer la enfermedad, por eso desde la Asociación animamos a todos los

cántabros que quieran sumarse al reto de las 1000 brazadas contribuyendo a través de acciones simbólicas en redes sociales” añade la coordinadora de ACDEM.

Un “Mójate” más digital

El escenario de la 15 edición de “Mójate por la Esclerosis Múltiple” es bien distinto. La actividad en playas y piscinas será muy limitada, por eso la meta es que la campaña siga más viva que nunca en el “mar digital”.

Desde la Asociación Cántabra de EM animan a todos los ciudadanos a darse un chapuzón digital por la esclerosis múltiple y participar en la [ruleta “Mójate”](#) a través de la web de la Asociación de la Esclerosis Múltiple España. Para participar solo es necesario entrar en la web (<http://mojateporlaem.org/>), girar la ruleta y completar el reto. Una vez hecho podrás compartir tu foto o vídeo en redes sociales con el hashtag #Mójate2020 invitando a amigos o familia a participar. El objetivo de la Asociación Española es **alcanzar las mil brazadas digitales en apoyo a las personas con EM**, más conocida como la enfermedad de las mil caras.

Además de estos divertidos retos, desde el centro de Marisma, como cada año, harán un llamamiento a través de sus redes sociales y trabajadores, para que todos se “mojen” este domingo por una buena causa. Isabel Vega, directora del club deportivo, ha resaltado que cada año se anima más gente a participar y afirma que la actividad física ayuda a mantener o mejorar la enfermedad y que beneficia al bienestar del paciente.

Éxito de la pasada edición de “Mójate por la Esclerosis Múltiple” en Cantabria

En 2019, fueron **dos playas y seis piscinas de la provincia** las que acogieron este evento en el que participaron aproximadamente **500 personas**. Se repartieron casi 200 diplomas y 250 personas se bañaron por la esclerosis múltiple. Además, se organizaron clases de aquafitness y yoya en las que más de 85 personas disfrutaron de una jornada de salud y sensibilización gracias a los más de 25 voluntarios que hubo repartidos por toda la provincia.

Reivindicaciones desde la ACDEM

Durante el acto de esta mañana, Fernando Ramos ha confirmado varios datos sobre la enfermedad. “En la actualidad se estima que hay una prevalencia de 120 casos por cada 100.000 habitantes, con una proporción de 3 mujeres por cada hombre (75% mujeres, 25% hombres). Hay que tener en cuenta que la esclerosis múltiple es una enfermedad compleja que produce incertidumbre para el futuro”.

Ramos añadió que “a parte de los síntomas visibles de esta enfermedad, hay síntomas invisibles como la pérdida de visión que empeoran la calidad de vida de las personas que lo sufren y sus familias, por lo que es necesario incentivar la inversión en investigación para tratar de frenar la enfermedad”.

Entre los llamamientos de la ACDEM, destacan el **reconocimiento automático del 33% de discapacidad en el momento que se diagnostica la esclerosis múltiple**, ya que, como ha indicado el propio Fernando “facilitará la vida de los enfermos”.

“Queremos dar importancia a la creación de conexiones. La inmensa mayoría de las personas con EM se han sentido **solas**, han sentido momentos de rechazo e **incomprensión**, ha habido gente que les ha dado la espalda a causa de la EM, han vivido (y viven) momentos de gran **incertidumbre**, en los que han temido un **futuro** gris... Y también han vivido momentos de **conexión**, cuando algo ha funcionado, cuando han sentido apoyo, cuando han encontrado información útil, cuando han recibido un consejo útil, cuando alguien les ha ayudado a ver la luz al final del túnel, cuando han encontrado las claves para gestionar la EM, cuando han descubierto la fuerza que hay dentro de ell@s mism@s. Ahora más que nunca, en estos días de alerta sanitaria, que nadie tenga que enfrentarse en soledad a la esclerosis múltiple” subrayan desde la asociación.

La Esclerosis Múltiple en números

- 2.500.000 personas tienen EM en el mundo; 770.000, en Europa, y **55.000, en España** (se considera una zona de riesgo medio-alto), de las cuales **un 75% son mujeres**.
- Prevalencia en España: 120 casos por 100.000 habitantes.
- Los casos diagnosticados se han multiplicado por 2,5 en los últimos 20 años.

La ESCLEROSIS MÚLTIPLE es


- HETEROGÉNEA**
También recibe el nombre de «la enfermedad de las 1.000 caras»
- NEUROLÓGICA**
Falla la transmisión del impulso nervioso
- SÍNTOMAS DIVERSOS y algunos invisibles**
Problemas de movilidad, sensitivos, de visión, fatiga, dificultades cognitivas...
- TRES DE CADA CUATRO PERSONAS SON MUJERES**
- IMPREDECIBLE**
Su curso no se puede prever con certeza y puede empeorar con el tiempo
- APARECE EN ADULTOS JÓVENES**
Primera causa de discapacidad no traumática en este grupo
- NO SE CONOCE SU CAUSA NI SU CURA**
La investigación y tu apoyo son imprescindibles

LA ESCLEROSIS MÚLTIPLE EN NÚMEROS:

- 2.500.000** Personas con EM en el mundo
- 770.000** Personas con EM en Europa
- Más de **55.000** en España
- Más de 1900 nuevos casos cada año
- 1 nuevo caso cada 5 horas





LA REHABILITACIÓN, LOS HABITOS DE VIDA SALUDABLE
y tener en cuenta algunos factores ambientales en el día a día, influyen positivamente en la calidad de vida

EXISTEN TRATAMIENTOS FARMACOLÓGICOS
que pueden ayudar a manejar la evolución, los brotes y los síntomas



M Esclerosis Múltiple España

INFORMATE EN LA ORGANIZACIÓN DE PERSONAS CON ESCLEROSIS MÚLTIPLE MÁS PRÓXIMA

@esclerosisEME     www.esclerosismultiple.com

Asociación Cántabra de Esclerosis Múltiple (ACDEM) es una entidad sin ánimo de lucro declarada de Utilidad Pública, que tiene como finalidad la promoción de toda clase de acciones y actividades asistenciales, sanitarias, destinadas a mejorar la calidad de vida de las personas con EM y otras enfermedades degenerativas del sistema nervioso.

Más información: <http://esclerosismultiplecantabria.org/>

[Facebook](#)

[Twitter](#)