



Memoria
de actividades
de Alcer-Lugo
ANO 2024

ENTIDADE: **Asociación para a Loita contra as Enfermedades do Ril de Lugo**

Data: Xaneiro de 2025



- Denominación	1
- Índice	2
- Introducción	3
- Obxectivos (xerais e específicos)	5
- Actividades do ano 2024	7
i. Actividades con Federación ALCER Galicia	7
ii. Cursos Formativos realizados polo persoal	7
iii. Obradoiro de Cociña: Entroido Renal	8
iv. Día Mundial do Ril	8
v. Obradoiro de traballo social: a familia como rede de apoio	8
vi. Obradoiro de psicoloxía: Xestión do estrés e ansiedade	9
vii. Consello de pacientes de Ribera Polusa	10
viii. Andainas Solidarias	10
ix. Charlas informativas	11
x. Entrevistas a distintos medios de comunicación	11
xi. Día Nacional do doante de órganos	12
xii. Buscando a Rili: Concurso de Debuxo	12
xiii. I Carreira solidaria DONAR É AMAR	13
xiv. X Congreso da Sociedade Galega de Nefroloxía (SGAN)	13
xv. XVII Xornada Renal de ALGER LUGO	14
xvi. VI Xornada Renal de Federación Alcer Galicia	15
xvii. Día Internacional da discapacidade	15
xviii. Feira solidaria “Diversiarte”	16
xix. Campaña de recollida de tapóns	16
- Actividades anuais	17
i. Atención e intervención social	17
ii. Atención e intervención psicolóxica	18
iii. Atención e asesoramento dietético-nutricional	20
iv. Transporte sanitario de enfermos en tratamento de hemodiálise	



INTRODUCCIÓN

A Asociación para a Loita Contra as Enfermidades do Ril (ALCER) ten presenza en toda España, xurdindo ante a necesidade de **dar resposta ás necesidades das persoas afectadas por unha enfermidade renal e das súas familias.**

ALCER LUGO fundouse no ano 1981, sendo declarada Asociación de Utilidade Pública no ano 1984. Actualmente, está asociada á Federación Nacional ALCER, á Federación ALCER Galicia e a COGAMI.

Na actualidade, superamos as **452 persoas asociadas a ALCER LUGO.**

Os beneficiarios directos deste proxecto son aproximadamente 34.570 persoas (arredor de 34.000 persoas en prediálise, 210 persoas en tratamento de hemodiálise, 40 persoas en diálise peritoneal, 20 persoas en hemodiálise domiciliaria e arredor de 250 persoas trasplantadas), ademais de aproximadamente 50 profesionais sanitarios.

Ademais, estes servizos benefician indirectamente outras persoas, como os voluntarios de ALCER, os familiares e persoas do entorno dos afectados pola problemática... Estes beneficiarios secundarios son difíciles de cuantificar, pero rondarían as **1.500 persoas.**

Os beneficiarios totais do proxecto superan as **36.000 persoas.**

No seu día a día, ALCER LUGO traballa para conseguir que a situación das persoas que sofren algunha enfermidade renal sexa a mellor posible. Con esta finalidade, lévanse a cabo diferentes actividades e proxectos, entre os que se inclúen:

- **Información e asesoramento** sobre a Insuficiencia Renal Crónica (IRC).
- **Información, orientación e asesoramento sobre recursos sociais:** acollida dos enfermos de ril e as súas familias, intervención social individualizada, información e orientación sobre pensións da Seguridade Social, tramitación e beneficios do Certificado de Discapacidade, prestacións económicas.
- **Visitas ás persoas con IRC** que precisan tratamento de hemodiálise en cada un dos 4 centros existentes na provincia de Lugo, establecendo sedes temporais nestes centros para atención multidisciplinar individualizada ás persoas afectadas, ás súas familias ou ao persoal sanitario.
- **Asesoramento dietético-nutricional personalizado** segundo as características de cada caso. Seguimos coa elaboración do proxecto de avaliación nutricional dos



pacientes con esta enfermidade, co obxectivo de estendelo a outros estadios da problemática, en coordinación coa USC, para ofrecer pautas alimentarias que melloren a calidade de vida das persoas asociadas.

- **Asesoramento psicolóxico personalizado** segundo as características de cada caso.
- **Elaboración e desenvolvemento de Proxectos sociais e Xornadas Renais.**
- **Colaboración coa OCT** (Oficina de Coordinación de Transplantes de Galicia), traballando activamente en campañas para o fomento e promoción da doazón de órganos mediante charlas informativas en centros educativos (tan importante para o noso colectivo).
- **Xestión do transporte sanitario en taxi** para persoas que teñen que recibir tratamento de hemodiálise hospitalaria. Isto é posible grazas a un **convenio entre ALCER LUGO e o SERGAS**, polo que este servizo xestiónase en exclusiva en toda a provincia de Lugo desde o ano 2003; asinándose para tal fin un acordo coa Asociación Provincial de Taxistas Dedicados ao Transporte Sanitario. **Na actualidade, 168 persoas afectadas están a utilizar este servizo.**
- **Tarefas de sensibilización e divulgación na comunidade:** Mesas informativas no Día Mundial do Ril, Día do Doante, campañas de difusión e sensibilización, presentación dos servizos da entidade...
- En **colaboración coa USC** e co apoio da súa **Oficina de Voluntariado en Lugo**, lévase a cabo un programa para o fomento da lectura entre as persoas que se atopan en tratamento de hemodiálise mediante o servizo de biblioteca.
- **A través da Confederación Galega de Persoas con Discapacidade** ofrécese asesoramento legal, laboral, orientación sobre axudas técnicas, etc.
- Obradoiros de manualidades, ximnasia, programa de lecer e tempo libre, visitas culturais, viaxes...

OBXECTIVOS DE ALCER LUGO

- Promover a agrupación de todas as persoas con enfermidade renal e das súas familias, creando as condicións para que as persoas asociadas poidan cumprir axeitadamente a súa misión.
- Defender a dignidade e os dereitos das persoas con enfermidades renais e discapacidade, promovendo a súa plena integración escolar, laboral e social.



- Fomentar actitudes sociais positivas e impulsar unha lexislación axeitada que mellore a situación das persoas con enfermidades renais.
- Participar no impulso e coordinación do movemento asociativo no que está integrado ALCER Lugo e representar ás persoas asociadas en todos os niveis de actuación.
- Recompilar e difundir información xeral e especializada sobre os problemas derivados das enfermidades renais.
- Desenvolver programas e actividades dentro do ámbito da discapacidade, dirixidos especificamente á atención da mocidade, das persoas maiores e doutros colectivos en risco de exclusión social.
- Potenciar a participación do voluntariado social, promovendo programas e actividades que fomenten a súa implicación.
- Promover e poñer en marcha iniciativas deportivas, culturais, educativas e de lecer, orientadas ás persoas con enfermidade renal e discapacidade asociada.
- Desenvolver programas de cooperación e desenvolvemento internacional, dirixidos a persoas con enfermidade renal, con discapacidade ou en risco de exclusión social.
- Sensibilizar á opinión pública e ás administracións sobre a prevención e tratamento das enfermidades renais, así como sobre as súas consecuencias sociosanitarias.
- Mellorar a situación das persoas con enfermidades renais e discapacidade asociada, así como a das súas familias, favorecendo a súa integración e normalización persoal, familiar, social e laboral. Isto inclúe a creación de canles de información e sistemas de axuda para mellorar a súa calidade de vida e propiciar a súa plena inclusión.
- Informar e poñer en práctica os once puntos do Manifesto das persoas con enfermidade renal crónica.

Actividades realizadas por ALCER Lugo durante o ano 2024

ACTIVIDADES CON FEDERACIÓN ALCER GALICIA (FAG)

As actuacións que se levaron a cabo desde a asociación foron:



- Servizo de psicoloxía e de traballo social del programa MEDRO con ALCER para toda Galicia. Intervención con menores e as súas familias.
- Encontro de menores con ERC en Panxón, o 19 de maio.
- VI Xornada Renal de Federación Alcer Galicia, o 16 de novembro.
- Obradoiros de formación:
 - Cociña renal saudable: programa e prepara o teu menú semanal” (4 de abril).
 - “Curso para profesionais que interveñen con pacientes con ERC” (8 de maio)
 - “Dereitos e deberes no sistema público de saúde de Galicia” (9 de maio).

CURSOS FORMATIVOS REALIZADOS POLO PERSOAL

Ao longo do ano, o traballador social e a administrativa realizaron varios cursos a través de distintas plataformas, os cursos foron:

- Programa Executivo xestión 360º de Aula Novartis (organizado pola Universidade Europea)
- Prevención e axuda contra o abuso e maltrato ás persoas maiores (organizado polo Concello de Lugo e Policía Nacional)
- Xestión de cooperativas de traballo (organizado por Método Formación).

- Competencias Dixitais Avanzadas (organizado por Mainjobs Internacional Educativa e Tecnolóxica)
- Análise de datos con Excell: Power Query, Power Pivot e Power Bi (organizado por Mainjobs Internacional Educativa e Tecnolóxica).

OBRADOIRO DE COCIÑA "ENTROIDO RENAL"

O 8 de febreiro, no Centro social de María Balteira, impartíuse o curso de cociña dedicado ao carnaval, adaptando receitas típicas da época aos distintos tratamentos de diálise, e facendo unha cata do menú preparado polo nutricionista de Alcer Lugo.



14 DE MARZO: DÍA MUNDIAL DO RIL





O 14 de marzo, conmemoramos o **Día Mundial do Ril**, baixo o lema **“SAÚDE RENAL PARA TODOS: Promovendo a igualdade no acceso á atención sanitaria”**.

No propio día instaláronse mesas informativas no Concello, Deputación (na que contamos coa colaboración de xogadores e xuntas directivas do Club Breogán, C D Lugo e Club Emeve, así como de Máximus, mascota do Club Breogán) e Hospital Lucus Augusti.

O 9 de marzo, o Club Deportivo Breogán dedicolle o partido que xogaban contra o Club Unicaja.

O 12 de marzo, impartíuse unha charla informativa sobre os cuidados do ril, no Centro Residencial para persoas maiores de Domus VI en Otero de Rey.

OBRADOIRO DE TRABALLO SOCIAL “A FAMILIA: Principal rede de apoio do enfermo renal”

O 21 de marzo, na Aula do Parque Infantil de Tráfico do parque de Frigsa, impartiu o curso do traballador social sobre o papel da familia nos pacientes con enfermidade renal.



OBRADOIRO DE PSICOLOXÍA: “Xestión do estrés e da ansiedade”

O 21 de marzo, na Aula do Parque Infantil de Tráfico do parque de Frigsa, impartiu o curso da psicóloga para mellorar os momentos de estrés e ansiedade dos usuarios e as súas familias.



CONSELLO DE PACIENTES DE RIBERA POLUSA E DO HULA



Participamos no Consello de Pacientes de Ribera Polusa, o 22 de abril, e en no Consello de Pacientes do HULA, o 17 de decembro.

ANDAINAS SOLIDARIAS

Alcer Lugo participou na Andaina do Proxecto “A Muralla espérate, ven a camiñar” organizado pola Área Sanitaria de Lugo, A Mariña e Monforte de Lemos, o día 21 de maio.





CHARLAS INFORMATIVAS

Ao longo do ano deronse charlas en colexios e residencias de maiores sobre a Asociación, o coidado dos riles e a doazón de órganos.



ENTREVISTAS A DISTINTOS MEDIOS DE COMUNICACIÓN

Ao longo do ano déronse varias entrevistas a distintos medios de comunicación para dar publicidade ás diferentes actividades da asociación.



5 DE XUÑO: DÍA NACIONAL DO DOANTE DE ÓRGANOS

Con motivo do Día Nacional do Doante de Órganos, co lema “**FAITE DOANTE, SUMA VIDA MULTIPLICA VIDAS**”, colocáronse mesas informativas no Concello, na Deputación e no Hospital Lucus Augusti.

En colaboración coa Federación ALCER Galicia impartíuse a charla “**DOAZÓN DE ÓRGANOS: unha fonte de vida e esperanza**” no salón de actos do Colexio de Médicos.



BUSCANDO A RILI: CONCURSO DE DEBUXO

O 14 de xuño realizouse a entrega de premios no Hall do Hospital Lucus Augusti coa participación de Rili, a nosa mascota, Máximus, mascota do Club Deportivo Breogán, e Nabic, mascota do Club Deportivo Lugo, que entregaron os premios. Este ano, os participantes foron os nenos ingresados que van á aula hospitalaria do hospital. Tamén fixemos unha visita aos menores hospitalizados na área de pediatría.



I CARREIRA SOLIDARIA: DONAR É AMAR

O 22 de setembro, ALCER Lugo celebrou a Primeira carreira solidaria pola doazón de órganos e tecidos en Lugo: DOAR É AMAR, co fin de concienciar á poboación sobre a importancia de ser doantes de órganos e tecidos e, sobre todo, informar ao noso contorno da nosa decisión de ser doantes, para que no momento do falecemento, a decisión lles sexa máis fácil de tomar, xa que, a pesar de que en España todos somos doantes a non ser que nos neguemos ante notario, seguese a respectar a decisión da familia. Houbo unha gran asistencia e un sorteo de agasallos ao final da carreira.



X CONGRESO DA SOCIEDADE GALLEGA DE NEFROLOXÍA

O 25 e 26 de outubro, a Presidenta da Asociación asistiu ao Congreso organizado pola SGAN, no Hospital Lucus Augusti, no que a psicóloga da Asociación impartiu un obradoiro.



XVII XORNADA RENAL

O 27 de outubro, reunímonos no salón de actos do Hospital Lucus Augusti para levar a cabo as XVII Xornadas Renais da Asociación nas que participaron varios ponentes con temas relacionados con viaxes e ocio renal.



COLABORAN



¿Quieres inscribirte?
CONTÁCTANOS

619 60 97 97
alcerlugo@gmail.com
Avenida Infanta Elena 11, Casa Clara Campoamor, Local 5-7, Lugo



XVII JORNADA RENAL
Ocio y Deporte en Enfermedad Renal Crónica

Domingo 27 de Octubre
de 10:00 a 14:00

Salón de Actos del Hospital Lucus Augusti



VI XORNADA RENAL DE FEDERACIÓN ALCER GALICIA

O 16 de novembro, un grupo de socios de ALCER Lugo desprazámonos a Santiago para asistir ás xornadas autonómicas sobre enfermidade renal, nas que a Presidenta actuou como moderadora dunha mesa.



3 DE DECEMBRO: DÍA INTERNACIONAL DA DISCAPACIDADE.

Con motivo do Día da Discapacidade asistimos á lectura do Manifesto sumándonos ao carro cunha mirada especial para aquela discapacidade orgánica que non se ve.



11, 12 E 13 DE DECEMBRO: FEIRA SOLIDARIA "DIVERSIARTE"

Participamos na feira solidaria "Diversiarte" nos días 11, 12 e 13 do mes de decembro. Esta iniciativa foi organizada polo Concello de Lugo, en colaboración con distintas asociacións do ámbito social. Visibilizamos as accións que realiza a nosa entidade sobre as enfermidades renais e os seus coidados, á vez que recadábamos fondos para futuros proxectos.



CAMPAÑA DE RECOLLIDA DE TAPÓNS:



A recollida de tapóns faise a favor do banco de tapóns que xestiona APSNAIS. Para iso dispoñemos dun contedor cedido polo Concello de Lugo á entrada da Casa Clara Campoamor.



ACTIVIDADES ANUALES

♣ ATENCIÓN E INTERVENCIÓN SOCIAL

Grazas ao contrato suscrito entre COGAMI e ALCER Lugo para o desenvolvemento de actividades dentro dun programa integral de actuación para a promoción da autonomía persoal e a inclusión de persoas con discapacidade con patoloxía renal (Proxecto de transferencia de metodoloxía CEGADI 2024), e ao contrato suscrito entre Cogami e ALCER Lugo para o desenvolvemento de actividades dentro dun programa de apoio para a recuperación integral das persoas con discapacidade orgánica (Convenio de Sanidade 2024) cofinanciado pola Xunta de Galicia, a Consellería de Sanidade e o Servizo Galego de Saúde, o perfil profesional do traballador social puido mantelo durante todo o ano 2024.

Ao longo do ano 2024, o traballador social levou a cabo as seguintes actividades ou tarefas:

- Deseño e xestión de proxectos de intervención social cos usuarios/as.
- Acompañamento e intervención social por medio de visitas periódicas ás unidades de hemodiálise da Área Sanitaria de Lugo, A Mariña e Monforte de Lemos (Hospital Universitario Lucus Augusti, Hospital A Costa de Burela, Clínica B-Braun Avitum en Lugo, Clínica B-Braun Avitum en Monforte de Lemos).
- Impartición de obradoiros formativos para persoas con ERC e as súas familias.
- Valoración social dos/las usuarios/as e detección das necesidades e demandas, así como derivación a recursos e servizos pertinentes.
- Coordinación na intervención cos servizos sanitarios e as diversas entidades do terceiro sector (sector asociativo).
- Participación e intervención no Programa Medro con ALCER: Menores con ERC en Galicia, para a Federación ALCER Galicia.
- Xestión e xustificación de subvencións.
- Información, orientación, asesoramento e tramitación de prestacións e recursos sociais tales como:



- Recoñecemento do grao de discapacidade e da situación de dependencia.
- Pensións da Seguridade Social.
- Estancias temporais (vacacións) en tratamento de hemodiálise e para persoas con discapacidade, incluíndo a tramitación do tratamento en outras provincias españolas.
- Incapacidades laborais.

♣ ATENCIÓN E INTERVENCIÓN PSICOLÓXICA

Desde COGAMI, a través da cofinanciación da Fundación ONCE, conseguimos que ALCER Lugo mantivese o seu proxecto de atención psicolóxica a persoas con enfermidade renal.

Neste apartado contamos cunha psicóloga que levou a cabo as seguintes actividades:

- Colaboración no programa “Medro con ALCER” da Federación ALCER Galicia.
- Proporcionouse apoio e asesoramento psicolóxico aos pacientes, así como aos seus familiares.
- Realizáronse terapias individuais con aquelas persoas que o precisasen co fin de apoialas emocionalmente, tanto no inicio como no desenvolvemento da enfermidade.
- Colaboración co Hospital Lucus Augusti de Lugo, Hospital da Costa de Burela e Clínica B.Braun (Lugo e Monforte) para atención de pacientes en hemodiálise/diálise peritoneal e os seus familiares, velando por unha adecuada estabilidade emocional nesta etapa do tratamento. Reunións co persoal médico dos citados centros de diálise para asesoramento de pacientes.
- Atención en locais cedidos tanto no Hospital Lucus Augusti como na clínica B.Braun de Lugo para atención, información e asesoramento personalizado de pacientes en temas relacionados co seu benestar físico e social, atendendo particularmente aos seus estados de ánimo.
- Facilitar que as persoas poidan desenvolver habilidades propias co fin de favorecer a súa adaptación ante as diferentes situacións e dificultades relacionadas coa enfermidade.



As consultas máis frecuentes foron:

- Información, orientación e asesoramento sobre IRC.
- Abordaxe da noticia de inicio do tratamento e apoio no proceso de reorganización familiar.
- Compañeirismo nas diferentes etapas e intervención no seu entorno.

Ademais, a psicóloga participa xunto coa unidade de nefroloxía do Hospital Lucus Augusti de Lugo, nun programa piloto da Sociedade Española de Nefroloxía (SEN), “FORMACIÓN DE FORMADORES EN PROGRAMAS DE MENTORING EN UNIDADES DE ERCA”.

Trátase dun proxecto psicoeducativo desenvolvido pola SEN co obxectivo de proporcionar apoio emocional para facilitar a adaptación do paciente á ERC e promover o seu autocuidado, así como de xerar espazos de recoñecemento mutuo entre pacientes co fin de crear unha comunidade nefrolóxica de coidados.

Trátase de capacitar aos profesionais do ámbito da psicoloxía para que conten con estratexias, coñecementos e habilidades para formar aos futuros pacientes mentores no manexo de pautas de apoio emocional e promoción do autocuidado en pacientes de nova incorporación ao tratamento renal substitutivo.

O programa consiste en formar, asesorar e acompañar aos futuros pacientes mentores e facer un seguimento da súa actividade, xunto a nefrólogos e enfermeiras de ERCA.

Durante o mes de marzo, desde a Asociación titorizouse a un alumno do grao de psicoloxía, que realizou as súas prácticas reguladas en colaboración coa UNED.

♣ ASESORAMENTO DIÉTETICO-NUTRICIONAL

Neste apartado contamos cun nutricionista a través do Programa de Cooperación da Xunta de Galicia, que realizou numerosas intervencións en asesoramento alimentario en pacientes con enfermidade renal, familiares e profesionais de diferentes ámbitos.

As consultas máis frecuentes son información, orientación e asesoramento sobre alimentación en IRC, en todas as etapas (prediálise, diálise peritoneal, hemodiálise e trasplante renal) tanto a pacientes como aos seus familiares.



Desde principios de febreiro ata finais de maio, desde a Asociación titorizouse a un alumno do grao de nutrición, que realizou as súas prácticas reguladas en colaboración coa USC, e que realizou varias infografía con receitas adaptadas á enfermidade renal, así como colaborou nos cursos de nutrición.

✦ TRANSPORTE SANITARIO DE ENFERMOS EN TRATAMENTO DE HEMODIÁLISE

Os pacientes en hemodiálise necesitan asistir a un centro de tratamento polo menos tres veces á semana, polo que, para evitarlles esperas innecesarias e traslados máis curtos, chegamos a un acordo co SERGAS desde o ano 2003 para coordinar e xestionar o servizo de transporte sanitario en taxi. Para iso contamos cunha asociación de taxistas dedicados a este servizo. Na actualidade contamos con 168 usuarios que voluntariamente o utilizan.