



COBERTURA ONLINE DE LA EM

Resumen de tweets

Asociación Esclerosis Múltiple Madrid



EQUIPO DE ENFERMEDADES

DESMIELINIZANTES



Charla informativa

Familia y Esclerosis Múltiple:
cambios y estrategias de
enfrentamiento

Dña. Fabiola Garcia Vaz

Neurpsicóloga Unidad EM H de la Princesa

28 de mayo

17 h



Pabellón Docente
C/ Ibiza, 3ª Planta



- En un ratito estaremos cubriendo la charla sobre #EsclerosisMúltiple del HGU Gregorio Marañón con el hashtag #EMGregorioMarañón
- Empezamos #EMGregorioMarañón
- Hoy Fabiola García @fabiola1garcia, Neuropsicóloga del Hospital La Princesa nos hablará de la #familia en #EsclerosisMúltiple #EMGregorioMarañón
- La familia es un núcleo indivisible en todo el proceso de la #EsclerosisMúltiple #EMGregorioMarañón
- Hoy la sesión será muy práctica, y vamos a ver qué papel juega la #EsclerosisMúltiple en la familia #EMGregorioMarañón
- La #EsclerosisMúltiple puede tener un impacto en la vida cotidiana, afectando el empleo, las relaciones familiares y la vida social, nuestra emoción, conducta, autonomía, etc.. #EMGregorioMarañón
- Este impacto en la vida cotidiana no solo afecta a la persona, también a la familia, todo acompañado de una serie de emociones, tanto positivas como negativas #EMGregorioMarañón
- Fabiola pregunta a la sala qué cosas se están produciendo distintas desde la llegada de la #EsclerosisMúltiple #EMGregorioMarañón
- La sala responde "La #EsclerosisMúltiple es una señora que ha venido a alterar mi vida, en algunos casos para bien, porque me ha enseñado a tomarme mi tiempo y no darle importancia a otros aspectos" #EMGregorioMarañón

- 📌 "En otras ocasiones es una señora que se manifiesta con rabia, irá y falta de comprensión lo que ocurre" #EMGregorioMarañon
- 📌 "La #EsclerosisMúltiple ha traído un poco más de cuidado o cariño por parte de mis familiares" #EMGregorioMarañon
- 📌 "La #EsclerosisMúltiple me ha hecho más dependiente, limitando mis relaciones sociales y salidas" #EMGregorioMarañon
- 📌 "La #EsclerosisMúltiple ha sido en mi casa un tema tabú mucho tiempo hasta hace poco, es un tema que me incomoda" #EMGregorioMarañon
- 📌 "La #EsclerosisMúltiple ha cambiado el reparto de tareas en casa" #EMGregorioMarañon
- 📌 Este impacto de la #EsclerosisMúltiple depende mucho de cómo ha estado funcionando la familia. Todas las familias tienen aspectos fuertes o debilidades que pueden influir en cómo se asimila la enfermedad #EMGregorioMarañon



- 📌 La familia cumple una serie de funciones en el sistema que vivimos. La familia es un sistema dinámico que se ve afectado por cambios que se van produciendo, también por la #EsclerosisMúltiple #EMGregorioMarañon
- 📌 En este sistema familiar son aspectos importantes los límites, la comunicación, los bienes que se comparten, etc. Este sistema familiar puede ser abierto, intercambiando información con el exterior, o bien cerrado donde hay poco intercambio con el exterior #EMGregorioMarañon
- 📌 Cuando la #EsclerosisMúltiple llega a una familia se convierte en un miembro más, que necesita su espacio pero sin abarcarlo todo #EMGregorioMarañon
- 📌 Cuando la #EsclerosisMúltiple lo abarca todo de manera continua, se corre el riesgo de que lo desequilibra todo, también cada uno de los miembros que necesita su espacio y tiene sus necesidades #EMGregorioMarañon
- 📌 Hay ocasiones que la #EsclerosisMúltiple copa todo el tiempo de relación con un miembro o bien todo lo contrario #EMGregorioMarañon
- 📌 Fabiola pide a la sala que cada uno dibuje la #EsclerosisMúltiple y nuestra familia o entorno #EMGregorioMarañon
- 📌 Vamos a mirar el dibujo en detalle 📄, ¿qué hemos dibujado en el centro?, ¿donde está la #EsclerosisMúltiple?, ¿cómo interacciona con los miembros del dibujo?, #EMGregorioMarañon
- 📌 Cada uno comparte donde ha dibujado la #EsclerosisMúltiple y donde está entre los miembros de la familia #EMGregorioMarañon
- 📌 Estos dibujos nos muestran una imagen de cómo estamos colocando la #EsclerosisMúltiple en la familia #EMGregorioMarañon

- 👤 La #EsclerosisMúltiple puede afectar el sistema familiar pero tenemos que estar atentos a los síntomas de alarma de aspectos que pueden desequilibrar la familia #EMGregorioMarañon
- 👤 Aspectos de desequilibrio: asumir roles que no corresponden, aliarse con algunos miembros familiares en contra de otros, sobreprotección exagerada, etc. #EMGregorioMarañon
- 👤 El crecimiento familiar debe implicar el cambio en los acuerdos de relación entre sus miembros #EMGregorioMarañon #EsclerosisMúltiple
- 👤 En cada punto del ciclo vital hay crisis y la #EsclerosisMúltiple también está ahí, después de estas crisis se vuelve a estados de equilibrio #EMGregorioMarañon
- 👤 La regulación de este equilibrio depende también de cómo se establecen los límites (rígidos, difusos, claros), reglas reconocidas, implícitas o secretas... #EMGregorioMarañon
- 👤 En esta sesión estamos reflexionando cómo se está estableciendo este sistema en nuestras familias con #EsclerosisMúltiple, cómo cada miembro está interactuando en el sistema familiar y cómo está actuando frente a los momentos de desequilibrio #EMGregorioMarañon
- 👤 Hay veces que nos movemos con mitos familiares:
 - ✓ mito del rescate, no tenemos por qué rescatar o ser rescatados #EMGregorioMarañon
 - ✓ mito del perdón, puedo perdonar pero mantener una distancia
 - ✓ mito de la armonía, no todas las familias funcionan así
- 👤 De la estructura de cada familia aprendemos: quienes somos, qué roles que adoptamos (pueden cambiar), los límites que se establecen, cómo estructuramos la familia. Nacen nuestras fortalezas y debilidades, espacios en los que apoyarnos y lugares de crecimiento #EMGregorioMarañon
- 👤 Es importante detectar los desequilibrios en el sistema familiar, valorar que es sano o no, querer actuar sobre el desequilibrio y estar dispuesto a soportar la situación de crisis que puede suponer este cambio #EMGregorioMarañon
- 👤 Finaliza @fabiola1garcia esta charla tan interesante y práctica 🙌🙌🙌🙌🙌 #EMGregorioMarañon