



HOJA INFORMATIVA

191 Enero-Febrero 2021

ASOCIACIÓN RETINA MADRID

C/ Carretas 14, 4ª planta G1 – 28012 Madrid
Teléfono: 915 216 084 / 615 362 357 www.retina.es

- JORNADA CIENTÍFICA
- GRUPOS DE FORMACIÓN PARA PLATAFORMA ZOOM
- SERVICIO DE ESCUCHA ACTIVA
- APOYO PSICOLÓGICO VOLUNTARIA ARM
- NUEVOS ASOCIADOS
- GRUPOS DE AYUDA MUTUA
- NOTICIA CIENTÍFICA
- REDES SOCIALES
- TABLÓN DE ANUNCIOS
- PENSAMIENTOS PARA REFLEXIONAR

La sede de la Asociación Retina Madrid reanuda diariamente la atención presencial, no obstante para la seguridad de todos os rogamos que sigáis solicitando cita previa, para poder asegurar un aforo limitado dentro de la entidad.

JORNADA CIENTÍFICA. Os anunciamos que el próximo día **jueves 21 de enero de 2021 a las 17:30 horas** la ARM y FRE van a organizar una Jornada Científica a través de la plataforma Zoom. Os presentamos el programa de la jornada:

- **17:30 horas.** Inicio de la sesión. Entrada de los participantes a la reunión de Zoom. Explicación de la dinámica de la charla.
- **17:45 horas.** Saludo del presidente de ARM y FRE. D. José María Regodón Cercas.
- **18.00 horas.** “Novedades del año en patologías retinianas” Dra. Inés Contreras Martín. Especialista en Retina y Neuroftalmología. Hospital Ramón y Cajal. Clínica Rementería.
- **18:30 horas.** “Diagnóstico diferencial con casos clínicos” Dr. Julio José González López. Especialista en vítreo y retina. Responsable de las distrofias retinianas en el Hospital Ramón y Cajal.
- **19:15 horas.** Clausura de la Jornada Científica.

Puedes acceder a la reunión a través del siguiente enlace:
<https://zoom.us/j/98494402697?pwd=K1lvZXg3anFISURtMFhHY0c3WSs4dz09>

O mediante el **ID de reunión: 984 9440 2697; y Código de acceso: 884773.** También puedes acceder desde tu móvil marcando el siguiente **número: 91 787 00 58 España.** Después tendrás que marcar el ID de la reunión y el código de acceso que hemos facilitado anteriormente.

Desde el inicio de la charla, los micrófonos de todos los participantes se encontrarán silenciados, hasta el fin de esta, que se abrirá el turno de preguntas y las personas que quieran hablar tendrán que presionar en Zoom sobre el icono “levantar la mano” y les daremos paso desde la Asociación.

No obstante, os pedimos que si tenéis alguna pregunta por favor nos la envíes antes de la jornada por escrito al correo de la Asociación y contestando a este mensaje, para que se

la podamos hacer llegar a los ponentes. Si estás interesado en asistir, por favor confírmanoslo contestando este mensaje.

GRUPOS DE FORMACIÓN PARA PLATAFORMA ZOOM. Ante la Jornada Científica y las sugerencias de los asociados de la ARM, abrimos dos grupos de formación para utilizar de manera óptima la plataforma Zoom y poder realizar grupos, jornadas y actividades contando con tu participación. Los días propuestos son los siguientes:

- Viernes 15 de enero a las 11:00 horas.
- Martes 19 de enero a las 17:00 horas.

Si estás interesado en participar en alguno de los grupos, por favor háznoslo saber para contar contigo.

SERVICIO DE ESCUCHA ACTIVA. Una asociada de Retina quiere ofrecer sus servicios de “Escucha activa” para los afectados y familiares de Retina Madrid para este año que comienza. La escucha activa consiste en acompañar a la persona que siente la necesidad de que alguien le escuche. La mayoría de nosotros no escuchamos, sino que oímos. Desde la escucha no se juzga, ni se dan soluciones, simplemente se acompaña al afectado o familiar para que transite su dolor en compañía. Con la escucha no se garantiza ninguna mejoría, sino que en cada encuentro hay una entrega y una intención de ser un canal de amor. Las escuchas serán de aproximadamente 20 o 30 minutos por sesión y se irán haciendo acompañamientos durante el tiempo que ella estime. Serán charlas semanales y las personas que lo deseen deberán contactar con la Asociación y serán las trabajadoras sociales quienes le facilitarán el teléfono a la asociada de la persona interesada o en su caso si alguien lo desea la posibilidad de contactar mediante Zoom y luego será ella la que se ponga en contacto.

APOYO PSICOLÓGICO VOLUNTARIA ARM. Si necesitas hablar o conoces a alguien que esté teniendo dificultad en afrontar la situación actual, escribe a Beatriz. Es psicóloga voluntaria de la Asociación y se ha ofrecido a dar apoyo a quien lo necesite. Contacta con ella en el siguiente teléfono: 615362357

NUEVOS ASOCIADOS. Damos la bienvenida a los nuevos miembros de la Asociación Retina Madrid: 1173 Modesto, 1174 Óscar.

GRUPOS DE AYUDA MUTUA. Se han retomado los grupos de ayuda mutua en la Asociación Retina Madrid a través de la plataforma zoom; un espacio donde compartir experiencias y situaciones personales con personas que padecen algún tipo de distrofias hereditarias de la retina. Animamos a los asociados a participar en estos grupos que se realizan el último lunes de cada mes, siendo el siguiente encuentro del curso el próximo día 25 de enero de 2021 a las 10:30 horas. En esta ocasión se realizará a través de la plataforma Zoom, por lo que si estás interesado en participar te sugerimos que te apuntes a los grupos de formación de la plataforma ¡Os esperamos!

Si estás interesado por cualquiera de las actividades o servicios propuestos, ponte en contacto con nosotros (Tel. 91 5216084 – 615362357 o trabajosocial@retina.es)

Desde la ARM esperamos que tanto vosotros como vuestras familias estéis bien en estas circunstancias difíciles que vivimos, aunque con el esfuerzo parece que lo vamos a superar. Desearos mucho ánimo y que pronto podamos volver a encontrarnos. ¡Cuidaos mucho!

NOTICIA CIENTÍFICA.

- **Visión artificial para ayudar al diagnóstico de retinopatía en bebés prematuros**

Investigadores del Grupo de Informática Biomédica (GIB) de la Universidad Politécnica de Madrid (UPM) en España, y de dos universidades ecuatorianas –Escuela Politécnica Nacional (EPN) y Universidad San Francisco de Quito (USFQ)–, han desarrollado un método novedoso para procesar imágenes de fondo de ojo y mejorar la visibilidad de la red vascular con el fin de dar soporte informático al diagnóstico de la Retinopatía de la Prematuridad. Esta enfermedad ocular, producida por un desarrollo anormal de vasos sanguíneos en la retina, puede afectar a bebés prematuros y llevar a la ceguera, por lo que el diagnóstico temprano es fundamental. Para desarrollar este software de diagnóstico los investigadores han trabajado en estrecha cooperación con expertos oftalmólogos pediatras del Hospital Metropolitano y del Hospital Pediátrico Baca Ortiz de Ecuador.

La Retinopatía de la Prematuridad (ROP, por su nombre en inglés) es una enfermedad que pueden presentar bebés nacidos prematuros o con un peso inferior al estándar. Esta enfermedad puede llegar incluso a causar la ceguera en su nivel más alto de gravedad. Para evitarlo, el diagnóstico y tratamiento temprano es crucial. El diagnóstico del ROP se basa, principalmente, en el análisis de la zona vascular de la retina de los niños basándose en imágenes. El principal problema es que estas imágenes suelen ser oscuras y tienen una luminosidad irregular.

Con el objetivo de mejorar la detección de esta afección, un equipo de investigadores ha desarrollado, mediante la aplicación de algoritmos de inteligencia y visión artificial, una herramienta capaz de mejorar la visibilidad de los vasos sanguíneos en la retina prematura. Como señala Raúl Alonso, miembro del Grupo de Informática Biomédica de la UPM, “gracias a estos algoritmos hemos desarrollado un software capaz de mejorar las imágenes de forma adaptativa, esto es, los parámetros de optimización de cada imagen se calculan automáticamente con arreglo a las características propias de dicha imagen usando una red de neuronas artificial. Posteriormente, se utilizan filtros de visión artificial que permiten mejorar la visibilidad de los vasos sanguíneos utilizando los parámetros calculados en el paso anterior”.

“Esta aplicación facilita el diagnóstico manual a los médicos de la ROP y es, además, un primer paso para la detección y medición automática de la tortuosidad de los vasos sanguíneos en la retina, factor principal usado para el diagnóstico de la enfermedad”, indica Monserrate Intriago Pazmiño, otra de las investigadoras participantes en el estudio. Todos los resultados obtenidos en la investigación fueron validados por los expertos oftalmólogos de forma satisfactoria (Universidad Politécnica de Madrid).

2 de enero 2021.

Fuente: Noticias de la Ciencia y la Tecnología

REDES SOCIALES.

Página web; www.retina.es

Facebook ARM: <https://www.facebook.com/pages/Asociaci%C3%B3n-Retina-Madrid/192850640728201>

Facebook FRE: <https://www.facebook.com/FundacionRetinaEspana>.

Twitter FRE: <https://twitter.com/fundacionretina?lang=es>

Twitter ARM: <https://twitter.com/retinamadrid>

Blog FRE: <http://blog.madridactual.es/todos-los-blogs/author/author/fre>

TABLON DE ANUNCIOS.

Consulta de medicina tradicional china y acupuntura. Carlos Maroñas, titulado por la Fundación europea de Medicina Tradicional China, oferta sus servicios en terapias alternativas. Su teléfono de contacto es 649907649. Consulta: Ronda de Toledo.

MQ Fisioterapia. Clínica de Fisioterapia, Osteopatía, Acupuntura y Pilates situada en el centro de Madrid (Cuatro Caminos), donde se ofrece a los pacientes un trato personalizado en un ambiente cálido y agradable. Todos los profesionales que trabajan en el centro son fisioterapeutas colegiados. Ponen a tu disposición diferentes técnicas, que el terapeuta combinará a su juicio según las necesidades de cada paciente. Como cortesía a Asociación Retina Madrid se ofrece un precio especial de 35 euros por sesión. Si estás interesado ponte en contacto en los números de teléfono 910340225-678545310.

Psicología y otras terapias. Asociada y psicóloga profesional especializada (Número colegiada: M-25648) Intervención en la adaptación al diagnóstico, malestar emocional, conflictos existenciales, etc. Terapias de autodescubrimiento asistido y desarrollo del bienestar. Terapia presencial, online y telefónica. **Descuento para socios/as.** Contacto 618482909.

Terapeuta titulada y especializada a domicilio. Medicina Tradicional China: Acupuntura, Masaje Tui-Na, Electroacupuntura, Traumatología, Dietoterapia, Vendaje Neuromuscular. Terapias Holísticas, Maestra de Reiki. Contacto 640974221 o shineiterapias@gmail.com

PENSAMIENTO PARA REFLEXIONAR.

“A veces sentimos que lo que hacemos es tan solo una gota en el mar, pero el mar sería mucho menos si le faltara una gota”.

-Madre Teresa de Calcuta-

GRUPO TEAMING. MICRODONACIONES

Teaming es una iniciativa solidaria que nació en el año 1998 y que ayuda principalmente a ONGs mediante microdonaciones. Todos los que hacemos Teaming donamos 1 euro, nunca más de esta cantidad, al mes y lo destinamos a aquella causa social que elegimos.

Por ello, hemos creado nuestro propio grupo de Teaming dirigido a la captación de fondos para Fundación Retina España.

¡¡¡Te necesitamos!!!

Para colaborar tan sólo tienes que acceder a la página a través del siguiente enlace [<pincha aqui>](#) y hacer clic en el botón “¡Únete a este Grupo!”.

La web te redirigirá a una página con un formulario para que rellenes tus datos personales (nombre, apellidos, email y contraseña) y el número de tu cuenta bancaria o el de tu tarjeta de débito/crédito. Una vez completado el proceso ya serás Teamer (o seguidor) de nuestro Grupo, cuyo lema es:

"Donando al mes lo que vale un café puedes ayudarnos a ver mejor"

Asociación Retina Madrid, organización sin ánimo de lucro, orientada a conocer las causas y consecuencias de las enfermedades generativas de la retina, y a reducir el impacto que estas tienen en las personas que las padecen. CIF G-79 044301, inscrita en el Registro de Asociaciones de la CAM con el nº 9.318 y en la Consejería de Familia y Asuntos Sociales de la CAM con el nº E.1399.5. Con la colaboración de la Consejería de Asuntos Sociales y Sanidad de la Comunidad de Madrid, así como del Ayuntamiento de Madrid