



Boletín Palabras Azules

Febrero 2026

Asociación Nacional de Hipertensión Pulmonar

Fecha 28 de febrero de 2026 N.º 99



TITULARES

01. La ANHP en el mes de febrero de 2026.
02. Próximos eventos de la Asociación Nacional de Hipertensión Pulmonar.
03. Resumen de Campaña de las Enfermedades Raras.
04. Asamblea 2026: ¡Ya tenemos destino!
05. Nuevos Grupos de Ayuda Mutua en la ANHP
06. Buscamos voluntario/a para la gestión de las redes sociales de la entidad.
07. Noticias de Hipertensión Pulmonar
08. Rincón del/a Socio/a.



✉ trabajosocial@hipertensionpulmonar.es

🌐 <https://hipertensionpulmonar.es/>

• 685 454 351 - 685 454 349

[Facebook](#)

[Twitter](#)

[Instagram](#)

[Youtube](#)

[Tik Tok](#)

**¡SÍGUENOS EN NUESTRAS REDES Y HAGAMOS VISIBLE LO
INVISIBLE!**

I. La ANHP en el mes de febrero de 2026



Durante los lunes de este mes hemos continuado con los acompañamientos y visitas a pacientes ingresados en el **Hospital Universitario 12 de octubre** como actividad contemplada en el **Convenio firmado por la Asociación Nacional de Hipertensión Pulmonar, el Servicio Madrileño de Salud y la Comunidad de Madrid.**



El **18 de febrero acompañamos a Johnson & Johnson en la inauguración de su nueva sede en Madrid.** Desde la ANHP fue un honor estar presente como compañeros de viaje en el camino de la mejora de la calidad de vida de las personas y en concreto, de las personas que viven con hipertensión pulmonar.

Nuestra trabajadora social, Taide Casado, fue la representante de la entidad en este acto.



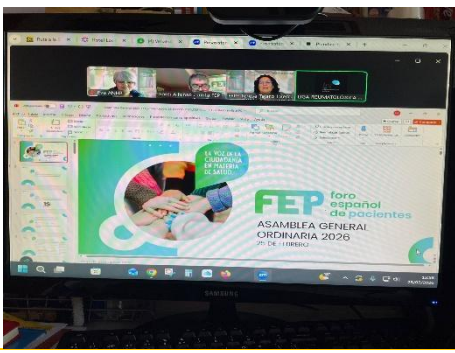
El **19 de febrero** asistimos a la **rueda de prensa del lanzamiento de la campaña de enfermedades raras de la Federación Española de Enfermedades Raras (FEDER)** en la sala Por Talento Digital de la Fundación ONCE en Madrid.



El **20 de febrero** tuvimos una **reunión organizativa con las entidades de Vicálvaro para ultimar detalles del concierto solidario** que se celebró el **24 de febrero**. Este punto lo encontrarás ampliado en el apartado del Resumen de la Campaña de las Enfermedades Raras (punto 3).



El **23 de febrero** tuvimos una nueva **sesión del Grupo de Ayuda Mutua para personas trasplantadas de pulmón.** Un espacio de intercambio y de aprendizaje coordinado por la psicóloga de nuestra entidad, Isabel Martínez.



El 25 de febrero participamos en la **Asamblea General Ordinaria de la Plataforma de Organizaciones de Pacientes**, de la que nuestra entidad forma parte como vocal. Desde la Asociación Nacional de Hipertensión Pulmonar hemos renovado nuestro compromiso de seguir colaborando activamente y representando la voz de las personas con hipertensión pulmonar dentro de este espacio.



El 25 de febrero también estuvimos presentes, un mes más, en las **Jornadas de ASECOR**, participando en el seminario organizado junto a la **Unidad de Hipertensión Pulmonar del Hospital Universitario 12 de Octubre**.

En esta sesión se abordó el tema **“Entrenar la respiración para vivir mejor: nuevos horizontes en el fortalecimiento de la musculatura inspiratoria en Hipertensión Pulmonar”**, donde se presentaron los nuevos estudios en rehabilitación que se pondrán en marcha desde la Unidad de Rehabilitación del hospital y la Universidad Complutense de Madrid.



Del 27 al 1 de marzo nuestra presidenta Eva García, participó en una jornada en la **Universidad de Valladolid** como paciente experto y habló del ejercicio en hipertensión pulmonar. Fue un espacio donde pudimos concienciar sobre la enfermedad y el impacto de esta en la calidad de vida a futuros fisioterapeutas.

2. Próximos Eventos de la Asociación Nacional de Hipertensión Pulmonar



- El **2 de marzo**, reunión del nuevo grupo de ayuda mutua para pacientes jóvenes. Personas que han transitado el cambio de atención pediátrica a adulto. Este grupo se crea con el objetivo de crear vínculos entre ellos y facilitar estrategias en la toma de decisiones en sus procesos de salud.

- El **jueves 5**, a las **17:00 h**, tendrá lugar una nueva sesión del grupo de ayuda mutua para familiares y cuidadores. Un espacio pensado para personas que acompañan y cuidan a pacientes con hipertensión pulmonar, donde poder compartir experiencias, inquietudes y vivencias relacionadas con el cuidado. Este grupo se crea con el objetivo de generar apoyo mutuo, fortalecer vínculos entre familiares y cuidadores, y facilitar estrategias que ayuden a afrontar los retos del día a día en el acompañamiento y cuidado de la enfermedad.

- El **18 de marzo**, a las **11:00 h**, tendrá lugar una sesión del **grupo de tratamiento subcutáneo**. Un espacio dirigido a pacientes que utilizan este tipo de tratamiento, donde podrán compartir experiencias, resolver dudas y apoyarse mutuamente en el manejo del día a día con la terapia.
- El **25 de marzo**, a las **14:00 h**, celebraremos una nueva sesión de las **Jornadas de ASECOR**, organizadas junto a la **Unidad de Hipertensión Pulmonar del Hospital Universitario 12 de Octubre**. Estos encuentros mensuales son un espacio para compartir información, avances y temas de interés relacionados con la hipertensión pulmonar, acercando a pacientes y familiares a profesionales y especialistas. La sesión se realizará de forma presencial en el **Aula de Cardiología (planta 4ª, bloque B)** y también podrá seguirse de manera online a través de Zoom. Próximamente compartiremos la temática de esta nueva sesión.

3. Resumen de la campaña de las Enfermedades Raras

Febrero es el mes de las Enfermedades Raras, una ocasión para alzar la voz y concienciar sobre las más de 6.400 enfermedades raras identificadas. La Hipertensión Pulmonar, tiene tres tipologías consideradas raras por su baja prevalencia. Por esto, durante todo el mes hemos realizado diferentes acciones:



- **Campaña de difusión en las redes sociales:** A lo largo del mes hemos trabajado en conjunto con la PHA Europe en la difusión de información relevante para concienciar. Agradecemos a todas las personas que habéis apoyado esta acción compartiendo las publicaciones en vuestras redes sociales.



- Hemos apoyado las diferentes acciones realizadas desde la **Federación Española de Enfermedades Raras (FEDER)**. Hemos asistido a la rueda de prensa de la campaña bajo el lema **“Porque cada pERsona importa”** en Madrid. Esta acción fue el pistoletazo de salida del Día de las Enfermedades Raras. Taide Casado, nuestra trabajadora social, estuvo representando a la entidad en este acto.

- Campaña Enfermedades Raras en Vicálvaro en colaboración con otras tres asociaciones de patologías poco frecuentes y AFUVEVA (Asociación Vecinal de Valdebernardo). Con los que hemos organizado un **concierto solidario el 24 de febrero** en el **Centro Cultural de Valdebernardo**, hemos sido entrevistados por el periódico El Imprescindible.





- El 16 de febrero de 17:00 a 18:00 organizamos un **taller psicoeducativo bajo el título “Pérdidas visibles e invisibles”** impartido por Isabel Martínez, psicóloga clínica de la asociación. Estuvo dirigido a personas con hipertensión pulmonar, abordando el impacto emocional de la enfermedad crónica. Se trabajaron las pérdidas visibles, como cambios físicos, limitaciones funcionales o laborales, y las pérdidas invisibles, como la disminución de autonomía, proyectos vitales, relaciones sociales o la sensación de identidad previa a la enfermedad. El espacio permitió validar

emociones como tristeza, rabia o miedo, fomentar la expresión emocional y promover estrategias de afrontamiento adaptativas, fortaleciendo la resiliencia y el apoyo grupal.

- El 26 de febrero como actividad previa al Día Mundial de las Enfermedades Raras llevamos a cabo un seminario sobre **“Navegar en burocracia en salud: derechos y ayudas”** impartido por Taide Casado y Sara Heras, trabajadoras sociales de la entidad.

4. Asamblea 2026: ¡Ya tenemos destino!

El 9 de febrero finalizó el plazo para participar en la elección de destino de este año de nuestro Encuentro Anual y celebración de la Asamblea anual de socios.

El destino elegido con el 47% de los votos ha sido San Lorenzo de El Escorial en Madrid.

Reserva en tu calendario del 29 al 31 de mayo y ven al Encuentro Anual de Socios de la Asociación Nacional de Hipertensión Pulmonar.



5. Nuevos Grupos de Ayuda Mutua en la ANHP



En la asociación seguimos trabajando para acompañar a las personas con hipertensión pulmonar y a sus familias en todas las etapas del proceso. Por ello, ponemos en marcha dos nuevos grupos de ayuda mutua, pensados para responder a necesidades específicas de nuestras personas asociadas.

Grupo para jóvenes en transición a la atención de adultos:

Este grupo está dirigido a pacientes jóvenes con hipertensión pulmonar que han dado recientemente el paso de la atención pediátrica a la consulta con su médico de cabecera y/o especialistas de adultos. Sabemos que este cambio puede generar dudas, inseguridad y nuevos retos: asumir mayor autonomía en el cuidado de la salud, gestionar citas médicas, tratamientos o comunicar la enfermedad en el entorno académico, laboral y social.

El grupo ofrecerá un espacio seguro donde compartir experiencias, resolver inquietudes, intercambiar estrategias y sentirse acompañado por otras personas que están viviendo una situación similar.

Grupo para cuidadores y familiares:

También abrimos un grupo específico para cuidadores, familiares y personas del entorno cercano de pacientes con hipertensión pulmonar. Cuidar implica compromiso, aprendizaje y, en muchas ocasiones, una importante carga emocional. Este grupo pretende ser un punto de encuentro donde poder hablar con confianza, compartir vivencias, recibir apoyo mutuo y encontrar herramientas que ayuden a afrontar el día a día con más seguridad y bienestar.

¿Te gustaría participar o tu familiar quiere participar?

Si estás interesado/a en formar parte de alguno de estos grupos, o deseas recibir más información, ponte en contacto con Isabel Martínez, psicologo@hipertensionpulmonar.es o a través de los canales habituales 685 454 351 (Taide) o 623 351 838 (Sara)

Te animamos a dar el paso: compartir ayuda, conecta y acompaña. Entre todos, seguimos construyendo una red más fuerte.

6. Buscamos voluntario/a para la gestión de las redes sociales de la entidad.

♥ ¡Ayúdanos a llevar nuestra voz a más personas!

En nuestra asociación seguimos trabajando para apoyar a personas con hipertensión pulmonar y a sus familias, y queremos que nuestras historias, consejos y actividades lleguen a más gente que pueda beneficiarse o sentirse acompañada.

Para ello, buscamos una persona voluntaria que tenga ganas y disponga de tiempo para ayudarnos con las redes sociales: publicar contenidos, compartir información y mostrar todo lo que hacemos cada día.

Si tienes experiencia, quieres aprender, o simplemente quieres aportar tu tiempo y creatividad para apoyar nuestra labor, nos encantaría contar contigo. Y si no es tu caso, quizá conozcas a alguien —un familiar, amigo/a o conocido/a— que pueda estar interesado/a en colaborar como voluntario/a.

✉ Las personas interesadas pueden escribirnos a ayudasocial@hipertensionpulmonar.es o hablar con Sara Heras, trabajadora social y responsable del voluntariado.

¡Gracias por ayudarnos a que nuestra voz crezca y llegue a más personas!



7. Noticias de Hipertensión Pulmonar



- La farmacéutica GSK ha adquirido la empresa biotecnológica 35Pharma por 950 millones de dólares para desarrollar HS235, un nuevo tratamiento experimental para la hipertensión pulmonar. El fármaco, que ya ha completado un primer ensayo clínico de fase I, actúa sobre la vía de señalización activina, implicada en el crecimiento anormal de los vasos sanguíneos en esta enfermedad. Los investigadores esperan que pueda convertirse en un tratamiento de nueva generación para distintos tipos de hipertensión pulmonar y con menos efectos secundarios que terapias similares. **Accede a la noticia completa:**

<https://pulmonaryhypertensionnews.com/news/deal-worth-950m-gets-gsk-potential-best-in-class-ph->

[treatment-hs235/?mc_euid=dd5bd8ba37&utm_source=PH&utm_campaign=899b7527a4-Email ENL UNKNOWN PH&utm_medium=email&utm_term=0_fd7f2e1d35-899b7527a4-74600950](https://pulmonaryhypertensionnews.com/news/scientists-test-molecular-shipping-containers-use-ph-treatment/?mc_euid=dd5bd8ba37&utm_source=PH&utm_campaign=899b7527a4-Email_ENL_UNKNOWN_PH&utm_medium=email&utm_term=0_fd7f2e1d35-899b7527a4-74600950)

- Un estudio experimental está investigando el uso de “contenedores moleculares” llamados vesículas extracelulares para tratar la hipertensión pulmonar. Estas pequeñas estructuras transportan moléculas entre células; en el estudio se cargaron con cAMP, una molécula que regula la función de los vasos sanguíneos. En un modelo de hipertensión pulmonar en ratas, este enfoque redujo la presión en las arterias pulmonares, el engrosamiento de los vasos y el daño en el corazón, lo que sugiere que podría ser una futura estrategia terapéutica. No obstante, los investigadores señalan que aún se necesitan más estudios antes de probarlo en personas. **Accede a la noticia completa:** [https://pulmonaryhypertensionnews.com/news/scientists-test-molecular-shipping-containers-use-ph-treatment/?mc_euid=dd5bd8ba37&utm_source=PH&utm_campaign=a7a17885e5-Email ENL UNKNOWN PH&utm_medium=email&utm_term=0_fd7f2e1d35-a7a17885e5-74600950](https://pulmonaryhypertensionnews.com/news/scientists-test-molecular-shipping-containers-use-ph-treatment/?mc_euid=dd5bd8ba37&utm_source=PH&utm_campaign=a7a17885e5-Email_ENL_UNKNOWN_PH&utm_medium=email&utm_term=0_fd7f2e1d35-a7a17885e5-74600950)
- El Principado de Asturias pondrá en marcha en junio de 2026 una **unidad multidisciplinar de enfermedades raras en el Hospital Universitario Central de Asturias (HUCA)**. El proyecto, financiado con **7,7 millones de euros de fondos europeos**, busca mejorar el diagnóstico, la atención coordinada y el acceso a tratamientos para las personas con enfermedades raras, evitando desplazamientos entre distintos servicios hospitalarios. **Accede a la noticia completa:** <https://actualidad.asturias.es/-/enfermedades-raras272>

8. Rincón del/a Socio/a



El rincón del/a Socio/a es un espacio dedicado a todos/as vosotros/as. Podéis publicar vuestras experiencias, vuestras dudas, sugerencias, vuestros poemas, citas que más os gusten, recetas de cocina etc.... lo que se os ocurra. Para que lo publiquemos debéis escribir un mail a trabajosocial@hipertensionpulmonar.es

Este mes, en el Rincón del Socio, nuestra socia Tay León ha querido compartir su historia y contarnos más sobre el proyecto que lleva tiempo desarrollando con gran ilusión.



Tay León, de 48 años, sufrió a los 43 una embolia pulmonar grave mientras viajaba a Italia.

Tras aquel episodio fue diagnosticada de hipertensión pulmonar tromboembólica crónica, una enfermedad compleja que la llevó a afrontar una intervención delicada y a replantear muchos aspectos de su vida cotidiana.

Después de la operación comenzó un proceso de adaptación en el que tuvo que reorganizar sus hábitos, sus proyectos y su forma de entender el esfuerzo físico. En ese nuevo camino descubrió el tenis de mesa, un deporte de bajo impacto que pronto se convirtió en una herramienta fundamental para mantenerse activa y mejorar su resistencia cardiopulmonar.

Con el tiempo, la práctica constante no solo le aportó beneficios físicos, sino también bienestar emocional y un nuevo entorno social. Su implicación en este deporte la llevó incluso a competir, logrando el subcampeonato de Canarias. Este logro le ha permitido participar en competiciones de ámbito estatal, donde continúa sumando experiencias, medallas y, sobre todo, valiosas amistades dentro del mundo del tenis de mesa.

Sin embargo, a diferencia de otras patologías que ya cuentan con modalidades deportivas adaptadas, las personas con enfermedades cardiopulmonares todavía no disponen de un espacio específico que les permita competir en igualdad de condiciones.

De esa reflexión nace también la inspiración de este proyecto.

Esta propuesta no es solo una categoría deportiva.

Es un reconocimiento al esfuerzo invisible:

*a las respiraciones que cuestan,
a las pausas que enseñan paciencia,
y al valor de seguir adelante cuando el aire parece escaso.*

Cada golpe en la mesa recuerda que el corazón y los pulmones también pueden ser instrumentos de superación.

De esta experiencia personal surge Latido y Raqueta, un proyecto que busca dar visibilidad a los beneficios del tenis de mesa como actividad física accesible para personas con patologías cardiopulmonares. La iniciativa pretende además animar a otros pacientes a descubrir este deporte como una forma de movimiento saludable, integración social y superación personal.

Desde la Asociación Nacional de Hipertensión Pulmonar apoyamos a Tay en el desarrollo de su proyecto Latido y Raqueta, acompañándola en los distintos pasos de esta iniciativa que busca visibilizar cómo el tenis de mesa puede aportar beneficios a las personas con enfermedades cardiopulmonares y animar a otros pacientes a descubrir el deporte como una herramienta de bienestar y superación.

Si convives con una enfermedad cardiopulmonar y te apetece descubrir o probar este deporte, puedes visitar la web del proyecto Latido y Raqueta (latidoyraqueta.es), donde encontrarás más información sobre esta iniciativa y sobre cómo el tenis de mesa puede convertirse en una actividad saludable, accesible y motivadora.



¡JUNT@S LLEGAMOS A MÁS!

La Asociación Nacional de Hipertensión Pulmonar está adherida a:



Asociación Nacional de
HIPERTENSIÓN PULMONAR