



Boletín Palabras Azules

Diciembre 2025

Asociación Nacional de Hipertensión Pulmonar

02/01/2026 N.º 97



TITULARES

01. La ANHP en el mes de diciembre de 2025.
02. Próximos eventos de la Asociación Nacional de Hipertensión Pulmonar.
03. Resumen del 2025, 20 años recorriendo un camino juntos.
04. Voluntariado en la ANHP, ¿quieres colaborar?
05. Tienda solidaria ANHP.
06. Encuesta de calidad de la Asociación Nacional de Hipertensión Pulmonar.
07. Rincón del 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 diciembre de 2025



El **4 de diciembre** estuvimos en el Hospital Álvaro Cunqueiro de Vigo, celebrando la I Jornada de Hipertensión Pulmonar para Pacientes de Vigo. Fue un espacio de aprendizaje y encuentro en el que, junto a la Unidad de Hipertensión Pulmonar del centro, se abordaron aspectos clave sobre la enfermedad, se ofrecieron consejos y pautas de cuidado, fomentando el intercambio de experiencias entre pacientes.

Además, desarrollamos en la sala de Consultas Externas del hospital la actividad “Siente la Hipertensión Pulmonar”, una experiencia inmersiva diseñada para sensibilizar sobre lo que supone convivir con esta enfermedad y afrontar las tareas cotidianas. Esta iniciativa permitió a pacientes, familiares y personas asistentes acercarse de primera mano a la realidad diaria de la hipertensión pulmonar.



El **17 de diciembre**, participamos en la VI Reunión Anual de Pacientes por la Salud Cardiovascular, organizada por la Unidad Multidisciplinar de Rehabilitación Cardíaca del Hospital Universitario 12 de Octubre de Madrid.

Durante el encuentro, nuestra presidenta Eva García, paciente experta, compartió pautas para mantener una alimentación saludable fuera de casa en estas fechas navideñas, y nuestra trabajadora social Sara Heras puso en valor el papel de las asociaciones de pacientes en el apoyo a los cuidados y la promoción de hábitos de vida saludables.



El **17 de diciembre**, celebramos una nueva sesión de los Seminarios Avanzando Juntos, titulada “Servicios de Urgencias: ¿Qué hacer cuando se padece hipertensión pulmonar?”.

Esta sesión, organizada junto al Hospital Universitario 12 de Octubre de Madrid, estuvo dirigida a pacientes y familiares interesados en ampliar sus conocimientos sobre la hipertensión pulmonar y la forma de actuar ante situaciones de urgencia.



El **19 de diciembre** llevamos a cabo el encuentro asociativo navideño “Desayunos que Hiperconectan”, un espacio para todas las personas que formamos parte de la asociación. Cerramos juntos este año, que ha sido un gran año para la asociación, lleno de logros y momentos que nos han fortalecido como comunidad.



El 19 de diciembre participamos en la reunión organizativa de FEDER para planificar la campaña del Día de las Enfermedades Raras 2026.



El 20 de diciembre estuvimos en el Teatro del IES Antonio Machado de Alcalá de Henares, participando en el Festival Solidario de Navidad de la escuela de danza REAL SOUL DANCE AREA. Fue un gran evento en el que pudimos contar con todo el apoyo y la solidaridad de la gente de Alcalá, y aprovechamos la ocasión para dar visibilidad a la hipertensión pulmonar.

Agradecemos a Sandra y a la familia del pequeño Abel por contar con la asociación, una vez más con entidad beneficiaria del Festival. ¡Enhorabuena por el trabajo realizado y el esfuerzo de todos los bailarines que participaron!



El 27 de diciembre estuvimos en la VI edición del Festival Benéfico "Mira Quién Canta" en El Espinar (Segovia), un evento en el que, vivimos como la magia del arte y la solidaridad se unen un año más.

Nuestra presidenta, Eva García, y la familia de Carla, residentes de El Espinar, pudieron dar visibilidad a la hipertensión pulmonar y la magia de las segundas oportunidades que la solidaridad de las personas donantes de órganos regala.



2. Próximos Eventos de la Asociación Nacional de Hipertensión pulmonar



El 1 y el 6 de enero la Asociación Nacional de Hipertensión Pulmonar permanecerá cerrada por festividad nacional.

Miércoles, 14 de enero a las 11:00 h Grupo de Ayuda Mutua para pacientes con tratamiento subcutáneo. Iniciamos el 2026, con una nueva sesión del grupo de ayuda mutua coordinado por nuestra psicóloga, Isabel Martínez, en el que se ofrece un espacio de escucha, apoyo e intercambio de experiencias entre pacientes.

Jueves, 15 de enero Reunión online de Junta Directiva y trabajadores con el objetivo de establecer los objetivos del primer semestre del año y organizar el plan de acción.

El 16 de enero, de 10:30 a 14:30h XVII Jornada de Hipertensión Pulmonar para pacientes y familias, organizada por la Unidad Multidisciplinar del Hospital Clinic de Barcelona. Lugar: Hospital Clinic de Barcelona, Sala Farreres-Valentí, escalera 9, planta 3. También se podrá seguir en streaming por el canal del aula clinic de Youtube.

Miércoles, 28 de enero de 14:00 a 15:00h. Seminario “Avanzando Juntos” bajo el título de “Vivir plenamente: Imagen corporal y etapas vitales.” Organizado junto a la Unidad de Hipertensión Pulmonar del Hospital Universitario 12 de Octubre de Madrid. En el aula del servicio de cardiología, centro de actividades ambulatorias, planta 4 bloque B. También podéis seguirlo por streaming en el siguiente enlace: <https://rediris.zoom.us/j/95056337389> Clave acceso: 363341

3. Resumen del 2025, 20 años recorriendo un camino juntos.



Cerramos un 2025 marcado por un hito muy especial para nuestra asociación: celebramos 20 años de trabajo, acompañamiento y compromiso con las personas que viven con hipertensión pulmonar o que se encuentran en búsqueda de diagnóstico, así como con sus familias. Dos décadas en las que, como nuestra presidenta dijo en la celebración, hemos compartido desafíos, avances y momentos de esperanza junto con vosotros, familiares y profesionales sanitarios.

Este año ha sido especialmente significativo por varios logros que refuerzan nuestra misión:

- **Firma de convenio con el SERMAS (Servicio Madrileño de Salud) y la Consejería de Sanidad de la Comunidad de Madrid** para realizar el proyecto de Acompañamiento y apoyo en el ingreso hospitalario. Publicado en el BOCM https://www.bocm.es/boletin/CM_Orden_BOCM/2025/03/28/BOCM-20250328-40.PDF
- En 2025, **seguimos aumentando nuestra comunidad haciéndola así más fuerte y consolidando nuestra red de apoyo.** Cada una de las personas que forman parte de la Asociación representa más fuerza, más voz y visibilidad para nuestra misión.
- Publicamos una **guía elaborada por pacientes “Guía de apoyo para pacientes con tratamiento subcutáneo”,** iniciativa del grupo de apoyo de la asociación para acompañar y apoyar en uno de los tratamientos más invasivos y que más impactan en la calidad de vida de la persona. Esta guía es el resultado de todo ese apoyo en el día a día, de la heterogeneidad de recomendaciones y de la gran red de apoyo que se ha construido entre los pacientes.
- Celebramos con entusiasmo la **aprobación e incorporación a la cartera de servicios y productos de sanidad de un nuevo e innovador tratamiento para la hipertensión pulmonar, el**

sotatercept, que ofrece esperanza y nuevas opciones terapéuticas, en especial para los casos graves de la enfermedad. Este logro es un reflejo del progreso en investigación en hipertensión pulmonar.

Al cerrar este año, miramos atrás con orgullo por lo conseguido y hacia adelante con ilusión, conscientes de que cada paso dado ha sido posible gracias a la confianza y colaboración de nuestros socios y colaboradores. Seguiremos recorriendo un camino juntos de apoyo, información y acompañamiento por la mejora de la calidad de vida de quienes conviven con la hipertensión pulmonar.

¡Gracias por recorrer estos 20 años juntos a nosotros! ¡Con ilusión y esperanza al 2026!

4. Voluntariado en ANHP ¿quieres colaborar?



¡Buscamos voluntario/a para nuestras redes sociales!

¿Te apasiona la comunicación y las redes sociales? ¿Quieres ayudar a dar visibilidad y apoyar las acciones y misión de la asociación?

Estamos buscando un voluntario o voluntaria que se encargue, junto al equipo profesional, de las redes sociales creando contenido, compartiendo historias, noticias y eventos y acercar, nuestra asociación a más personas. Es una oportunidad única para aportar tu creatividad y habilidades.

Si quieres ser la voz de nuestra comunidad desde tus publicaciones, ¡te estamos esperando! No importa si conoces mucho o poco la enfermedad, para eso contarás con un equipo cercano y comprometido, ¡lo importante es tu entusiasmo y ganas de colaborar!

5. Tienda solidaria ANHP



En diciembre dimos pistoletazo de salida a un proyecto que nos llena de ilusión: **la tienda solidaria de la ANHP**

Es un espacio pensado para apoyar nuestra misión y sensibilizar sobre la hipertensión pulmonar a partir de productos exclusivos y solidarios, y lo mejor de todo es que cada adquisición contribuye directamente a nuestras actividades y programas de apoyo para las personas con hipertensión pulmonar y sus familias. Es una manera sencilla y concreta de ayudar a recaudar fondos, para que los servicios y los apoyos se ofrezcan de forma gratuita a nuestros asociados.

Os invitamos a difundir la tienda solidaria entre vuestros conocidos, familiares, etc... y si tienes que hacer un regalo que mejor que con un significado.



Porque cada producto cuenta y cada gesto suma ¿Aún no la conoces? Accede a través del siguiente QR ¡Descúbrela y sé parte del cambio!

6. Encuesta de calidad de la Asociación Nacional de Hipertensión Pulmonar.

¡Queremos escuchar tu opinión!

En la ANHP creemos que tu voz es fundamental para seguir mejorando. Por eso, hemos lanzado una encuesta de calidad dirigida a todos nuestros socios/as y miembros de la comunidad.

El objetivo es conocer tu grado de satisfacción con nuestras actividades, servicios y comunicación, así como recoger tus sugerencias y opiniones para hacer de la asociación un espacio aún más útil, cercano y eficaz.

Participar es muy sencillo y tu respuesta será totalmente confidencial. Cada comentario nos ayuda a tomar decisiones informadas y a seguir creciendo juntos, reforzando nuestro compromiso con los pacientes y sus familias.

¡Tu opinión cuenta! No pierdas la oportunidad de ayudarnos a mejorar. <https://forms.gle/ydmhoBj3YH1NBLCc6>

¡Muchas gracias por tu colaboración!

7. 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

Como último rincón del socio/a del 2025, queremos compartir el testimonio de una nuestras asociadas, Vicky Pueyo, que tras un tiempo retirada de carreras por la hipertensión pulmonar este año, ha logrado un hito muy importante para ella:



“Después de un tiempo me he vuelto a sentir con fuerzas y ganas para apuntarme a la marcha contra el cáncer. La cual se podía elegir en recorrer 2 km o 5 km.

Estando en el punto de los dos kilómetros, mi marido me preguntó cómo me encontraba. Mi respuesta fue que iba bien y le pregunté yo a él si seguíamos el recorrido de los 5 km y él me dijo que lo que yo quisiera. Por lo que mi respuesta fue con una sonrisa de oreja a oreja que a por ello.

Ya en el tramo final le pregunté si aún quedaba gente detrás nuestra. Él me contestó que sí, pero que lo comprobara yo misma. Y sí, miré hacia atrás y vi que aún había gente. Ese gesto fue para coger carrerilla y seguir luchando no solo en ese momento, hay que seguir luchando cada día, paso a paso y también gracias al apoyo incondicional de mi marido José Manuel.”

¡Gracias Vicky por compartir ese momento en el que la enfermedad, con medicación y estabilizada, no tiene por qué pararnos en nuestros retos!

¡JUNT@S LLEGAMOS A MÁS!

La Asociación Nacional de Hipertensión Pulmonar está adherida a:



Asociación Nacional de
HIPERTENSIÓN PULMONAR