

A close-up photograph of two hands, one from the left and one from the right, holding a small, red, fabric heart with a blue lace-like border. The hands are positioned as if presenting the heart. The background is a soft, out-of-focus grey.

ADEM - Madrid

MEMORIA

ACTIVIDADES Y SERVICIOS 2025



ÍNDICE

MENSAJE DEL PRESIDENTE	pgn 3
30 AÑOS IMPULSANDO LA ATENCIÓN Y LA COMUNIDAD EN ESCLEROSIS MÚLTIPLE ADEM MADRID EN CIFRAS: 2025	pgn 6 pgn 8
ATENCIÓN Y SERVICIOS ESPECIALIZADOS:	
• SERVICIOS SOCIOSANITARIOS:	
◦ Servicio de Información y orientación	pgn 11
◦ Servicio de Tratamientos Especializados Josefina Alarcón	pgn 15
◦ Servicio de Atención Neuropsicológica	pgn 18
◦ Servicio de Atención Domiciliaria: EMCasa	pgn 20
◦ Centro de Día	pgn 22
• PROGRAMAS DE APOYO Y BIENESTAR:	
◦ Programa de Atención Familiar	pgn 25
◦ Programa de Ejercicio Físico (Ponte en forma)	pgn 27
◦ Programa de Cocina sin Límites	pgn 28
◦ Programa de Ocio y Tiempo Libre	pgn 29
AREA ASOCIATIVA, COMUNIDAD Y SENSIBILIZACIÓN	
• GOBERNANZA Y TRANSPARENCIA	pgn 34
• PARTICIPACIÓN Y VIDA ASOCIATIVA	pgn 36
• SENSIBILIZACIÓN SOCIAL Y CAMPAÑAS	pgn 38
• COMUNICACIÓN Y COMUNIDAD DIGITAL	pgn 42
SOSTENIBILIDAD ECONÓMICA	pgn 44
AGRADECIMIENTOS Y ALIANZAS	pgn 46



MENSAJE DE NUESTRO PRESIDENTE

Este año **celebramos 30 años** de camino en solitario como asociación. Y decimos “en solitario” porque nuestra historia, en realidad, comenzó mucho antes. Desde hace 45 años, las personas con esclerosis múltiple en la Comunidad de Madrid cuentan con atención y acompañamiento. Fue en 1981 cuando se fundó la Asociación Española de Esclerosis Múltiple y, con ella, la Delegación de Madrid, semilla de lo que hoy somos.

En 1995, en un proceso natural de crecimiento y madurez, aquella delegación **se constituyó como asociación independiente**, iniciando una nueva etapa marcada por la autonomía y la responsabilidad compartida.

Nuestros comienzos fueron modestos: un pequeño despacho en la calle Santa Isabel desde el que ofrecíamos servicios de trabajo social, psicología y fisioterapia. Sin embargo, lo que allí nació fue mucho más que un espacio de atención: fue **una comunidad**.

En aquellos primeros años empezamos a tejer una red de apoyo que tuvo un impacto profundo en la vida de muchas personas afectadas y sus familias. Porque, en esencia, una asociación no es un lugar, sino el conjunto de personas que la hacen posible.

El año 2000 marcó nuestro primer gran salto. Nos trasladamos al barrio de La Elipa, ampliando instalaciones y abriendo una etapa que todavía hoy nos define. Allí comenzó la andadura de **nuestro Centro de Día y del Servicio de Tratamientos Especializados**. Fue una apuesta valiente, impulsada por personas comprometidas que supieron ver más allá de las limitaciones del momento. Sergio Villarrubia, entonces presidente, ideó esta evolución; Gerardo García Perales, que le sustituyó como presidente, la llevó a cabo; y Josefina Alarcón, trabajadora social, aportó su profesionalidad, eficacia y empuje para convertir el proyecto en realidad. Su ejemplo nos recuerda que el verdadero motor de cualquier organización son las personas que creen en ella.

Tras consolidar esta etapa, en **2012** alcanzamos un nuevo acuerdo con la Asociación Española que permitió el **traslado** a la Calle Sangenjo nuestro **Centro de Día**. Gracias a ello, el recurso creció hasta las 38 plazas públicas y dos privadas con las que contamos en la actualidad.

Paralelamente, el **Servicio de Tratamientos Especializados** –hoy denominado **Josefina Alarcón**– ha experimentado un crecimiento constante; solo en los últimos cinco años ha incrementado su actividad en más de 5.000 sesiones. Seguimos dando tratamientos en los dos centros con un muy alto grado de satisfacción.

También nuestro **Servicio de Información y Orientación** ha ampliado su alcance, acercándonos cada vez a más personas que necesitan acompañamiento, asesoramiento y claridad en momentos de gran incertidumbre.

Este recorrido es, sin duda, una historia de esfuerzo y compromiso, con sus luces y sus sombras. Pero lejos de acomodarnos, nos invita a **mirar al futuro con responsabilidad**.

Hemos superado los 50 profesionales y con ellos ya no somos de pequeña empresa. Somos **ya una mediana empresa**, con todas las exigencias que ello conlleva. Esto nos impulsa a profundizar en nuestra profesionalización, a adaptar nuestro marco jurídico y estatutario, a fortalecer nuestras relaciones laborales y a optimizar cada recurso económico con el máximo rigor y transparencia.

Aumentan y se diversifican las obligaciones en materia de calidad, con el reto de certificar con un **nuevo sello de calidad** el Centro de Día, que nos asegura una mayor transparencia y rigor asistencial.

Nuestro sistema de apoyo a las personas con discapacidad también cambia. Los **recursos públicos**, antes destinados al mantenimiento y la prestación de servicios de las entidades asociativas, ahora se distribuyen **directamente a los beneficiarios**, lo que exige acompañar a nuestros socios para que conozcan y soliciten las ayudas a las que tienen derecho.

Los actuales contratos y acuerdos con las administraciones están obsoletos. Es necesario con la mayor brevedad sustituirlos por unos nuevos que aporten una mayor agilidad y realismo, adaptándose a una economía cambiante. **Necesitamos fórmulas de financiación más flexibles y sostenibles** que garanticen la calidad de los servicios, así como una comunicación más fluida y constructiva con las instituciones.

Afrontamos el futuro con esperanza y determinación. En un mundo incierto y en constante transformación. Entendemos los **cambios como una oportunidad para innovar, mejorar** y seguir estando al lado de quienes más nos necesitan, las personas con Esclerosis Múltiple y sus entornos.

Treinta años de historia avalan nuestro compromiso. El futuro, lleno de retos, nos impulsa a redoblar esfuerzos con ilusión y responsabilidad. Gracias por acercarse a conocernos a través de esta memoria y por formar parte, de una u otra manera, de este proyecto colectivo que sigue creciendo.



Manuel José Rancés Jofre
Presidente ADEM Madrid



impulsando la atención y comunidad en Esclerosis Múltiple

Desde 1995, ADEM Madrid trabaja como entidad independiente, para mejorar la calidad de vida de las personas con Esclerosis Múltiple y sus familias, así como otras patologías afines, en la Comunidad de Madrid.

La Esclerosis Múltiple es una enfermedad crónica, neurodegenerativa e imprevisible que impacta no solo en la salud física, sino también en la autonomía, la vida laboral, la estabilidad emocional y el entorno familiar. Se estima que actualmente hay 58.510 casos en España, 123 por cada 100.000 habitantes. El 68% de ellos en mujeres, y la edad media de inicio se sitúa en los 32 años. Estudios recientes sitúan a España como un país de riesgo medio- alto.

Ante esta realidad, ofrecemos una respuesta integral, especializada y continuada, capaz de acompañar en los diferentes momentos de la enfermedad. Combinando:



Atención sociosanitaria especializada
Innovación terapéutica

Acompañamiento emocional y social
Defensa de derechos y sensibilización



Nuestra misión: Mejorar la calidad de vida de las personas con Esclerosis Múltiple y sus familias, promoviendo su autonomía, participación e inclusión social.

Nuestros Valores



Juntos somos más fuertes, por eso ADEM Madrid es miembro de:

- **AEDEM** (Asociación Española de Esclerosis Múltiple)
- **FADEMM** (Federación de Asociaciones de Esclerosis Múltiple de Madrid)
- **FAMMA Cocemfe Madrid** (Federación de Asociaciones de Discapacidad Física y Orgánica de Madrid).

Participamos de forma activa en entidades como **CERMI Comunidad de Madrid (Comité de Entidades Representantes de Personas con Discapacidad de la Comunidad de Madrid)**.

También en foros hospitalarios y de empresas del sector farmacéutico y sociosanitario. Somos parte activa del movimiento asociativo estatal y autonómico. Esto nos permite:

- Incidir en políticas públicas
- Compartir conocimiento
- Multiplicar el impacto de nuestras acciones

ADEM Madrid en cifras 2025

948 personas asociadas

300+ personas atendidas en los diferentes servicios

13.000+ personas forman parte de la **comunidad digital**



Hemos realizado **17.468 sesiones de tratamiento especializado**

Hemos realizado **3.038 intervenciones de atención social**

55 profesionales integran el equipo multidisciplinar

Contamos con 2 centros en el municipio de Madrid, además de atención domiciliaria



Nuestros servicios cuentan con la **Certificación en Calidad según la Norma ISO 9001:2015 desde hace 14 años.**

La Asociación está **declarada como Entidad de utilidad pública desde 2007.**



9 Satisfacción

Nuestros servicios son valorados por las personas que acuden a ellos con un 9 sobre 10.

Creer implica asumir mayores responsabilidades en términos de transparencia, eficiencia y calidad. Por ello, hemos reforzado nuestra estructura organizativa y nuestro sistema de gestión, consolidando una entidad preparada para afrontar nuevos retos y ampliar alianzas estratégicas.

Atención y Servicios Especializados:

SERVICIOS SOCIOSANITARIOS:

- **Servicio de Información y orientación**
- **Servicio de Tratamientos Especializados**
Josefina Alarcón
- **Servicio de Atención Neuropsicológica**
- **Servicio de Atención Domiciliaria: EMCasa**
- **Centro de Día**

PROGRAMAS DE APOYO Y BIENESTAR:

- **Programa de Atención Familiar**
- **Programa de Ponte en Forma**
- **Programa de Cocina sin Límites**
- **Programa de Ocio y Tiempo Libre**



Atención y Servicios Especializados en 2025

ADEM Madrid ofreció una atención integral a las personas con Esclerosis Múltiple a través de una red de servicios sociosanitarios especializados y programas de apoyo que abordan las distintas dimensiones de la enfermedad: física, cognitiva, emocional y social.

La atención sociosanitaria en cifras:

**5 servicios especializados y
4 programas de apoyo para atender desde el
diagnóstico hasta etapas avanzadas de la enfermedad**

**245 personas atendidas
20.950 sesiones terapéuticas
97,8% ocupación Centro de Día**



Servicio de Información y Orientación (SIO)

Este servicio ofreció información y orientación a personas afectadas por esclerosis múltiple, a sus familiares y a su entorno cercano, con un propósito central: **que cada persona conozca la enfermedad, los recursos especializados disponibles y cómo orientar su autocuidado para convivir integrando la EM en su vida diaria.**

Las líneas de trabajo fueron las siguientes:

- Información sobre EM y actividades dirigidas al afectado
- Talleres formativos para pacientes recién diagnosticados
- Información sobre recursos generales y especializados
- Orientación sobre recursos sociales y apoyo en la gestión de estos
- Intervención individual y familiar
- Apoyo informativo laboral
- Integración social y comunitaria
- Coordinación con otras áreas de Servicios Sociales y Sanitarias
- Apoyo en la tramitación de recursos que necesite la persona afectada
- Recursos informativos en soporte físico y digital

Estos objetivos se consiguen a través de entrevistas individuales, talleres grupales y la difusión de información relevante para el colectivo a través de los canales internos para personas asociadas y canales externos como la web o redes sociales.

En 2025 se han realizado:

3.038 Atenciones
144 Personas piden
información por primera vez



Del total de las atenciones realizadas:

88% se realizaron en modalidad online
12% se realizaron en modalidad presencial

2.714 fueron individuales con la persona afectada
274 fueron dirigidas a familiares
50 se realizaron en entornos comunitarios

El impacto en comunicación digital fue de:

10.000 visitas más en la WEB que el año anterior
Más de 537.000 impresiones en Redes Sociales



Edurne.

Para mí el servicio de Información y orientación, fue crucial . Yo estaba recién diagnosticada , en shock y no sabía por dónde empezar . No conocía ni la enfermedad ni que debía hacer con los papeles . Así que busqué en internet la asociación y justo daban un curso para recién diagnosticados .

A partir de ahí y al hacerme socia me he sentido arropada , me ha ayudado con las terapias , los papeles de la discapacidad y con conocer más la enfermedad y a personas en mi misma situación. Muy Agraciada al equipo de ADEM Madrid

La satisfacción de las personas atendidas fue de



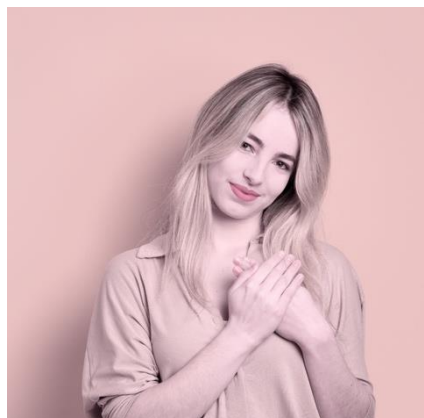
Talleres formativos para personas con diagnóstico reciente.

Como parte del SIO, durante 2025 llevamos a cabo un taller dirigido a personas con diagnóstico reciente. Desde hace varios años, este espacio ofrece información sobre la enfermedad y cómo abordarla, con el objetivo de mejorar la calidad de vida y fomentar el autocuidado. La experiencia acumulada confirma que se trata de un servicio necesario, dada la naturaleza de la esclerosis múltiple y el impacto que su diagnóstico conlleva a nivel emocional, familiar y laboral.

El taller fue impartido por profesionales de ADEM Madrid y de la Universidad Europea, y se desarrolló en cuatro sesiones en línea en las que se abordaron los aspectos clave de la enfermedad y su afrontamiento.

En 2025:

6 talleres realizados



Perfil más frecuente de las personas participantes:

Una mujer
De algo más de 40 años
Con diagnóstico de EM Recurrente Remitente
Diagnosticada hace menos de un año



Manuel Inocencio.

En primer lugar, me gustaría agradecer al personal de la asociación por su atención y apoyo. Para mí ha sido y está siendo de gran ayuda el poder contar con la atención de un personal tan cualificado y cercano a la hora de afrontar una situación que genera tanta incertidumbre. Gracias.

La satisfacción de las personas que han asistido ha sido de



El Servicio de Información y Orientación está autorizado por la CAM con el número S4403 y se presta gratuitamente en horario aproximado de 9 a 15h y 16 a 20h de lunes a jueves y viernes de 9 a 15h.

Este programa se realizó gracias a la colaboración de la Consejería de Familia, Juventud y Asuntos Sociales de la Comunidad de Madrid (subvenciones 0,7% IRPF y mantenimiento de servicios y desarrollo de programas de atención a personas con discapacidad) y de la Consejería de Sanidad (programas de ayuda mutua y autocuidados en salud).



El servicio está Certificado por Cámara Certifica, como Sistema de Gestión de calidad según la norma ISO 9001 :2015



Servicio de Tratamientos Especializados Josefina de Alarcón

El Servicio de Tratamientos Especializados Josefina Alarcón dio continuidad en 2025 a algo que va más allá de la rehabilitación: un acompañamiento integral y multidisciplinar a las personas afectadas que combina fisioterapia, terapia ocupacional, logopedia y psicología, con el apoyo transversal de la atención social como complemento que enriquece y redondea la intervención. Un modelo orientado a frenar el avance de la enfermedad y preservar las capacidades de cada persona, con tratamientos diseñados a su medida, desde sus necesidades reales y su momento vital concreto.

Este año, la realidad virtual siguió aportando una dimensión innovadora al servicio. Como herramienta terapéutica para personas que conviven con dolor, fatiga o riesgo de caída, permite realizar un mayor número de movimientos gracias a la motivación y la distracción que genera la experiencia inmersiva. Una apuesta que parte de una convicción sencilla: que un tratamiento riguroso y un tratamiento estimulante no solo son compatibles, sino que juntos funcionan mejor.



El perfil de las personas atendidas ha sido:

Una mujer

De 55 años

Con diagnóstico de EM Remitente Recurrente

Con tratamiento de fisioterapia y terapia ocupacional



**En
2025:**

264 Personas atendidas
17.468 Sesiones de Tratamiento
650+ sesiones usando Realidad Virtual

El tratamiento es multidisciplinar incluyó:

- **Sesiones de fisioterapia:** para mejorar la fuerza, la coordinación, el equilibrio, disminuir el riesgo de caídas y la sensación de fatiga, dando herramientas para manejar el dolor y los problemas sensitivos, entre otros.
- **Sesiones de terapia ocupacional:** para mantener las actividades de la vida diaria con la máxima autonomía. Abordamos no sólo actividades para mejorar la destreza manipulativa, coordinación, control motor, sensibilidad... si no que buscamos adaptaciones para que las personas usuarias puedan desenvolverse mejor en el día a día.
- **Asesoramientos en productos de apoyo:** son intervenciones destinadas a la valoración de las necesidades de productos de apoyo para mejorar la independencia y/o seguridad en los desplazamientos de las personas con esclerosis múltiple o enfermedades afines.
- **Sesiones de psicología:** para gestionar el impacto emocional del diagnóstico, reducir la ansiedad y depresión, y manejar el estrés, lo que puede mitigar síntomas físicos como la fatiga. Ayuda a aceptar la enfermedad, mejorar la comunicación familiar y fomentar la autonomía ante las limitaciones.



- **Sesiones de logopedia:** para mejorar, mantener y compensar las alteraciones en el habla, la voz y la deglución, aumentando la seguridad, la calidad de vida y la independencia del paciente.
- **Atención Social:** para facilitar la adaptación a la enfermedad, gestionando recursos sociales, laborales y económicos, y promoviendo la autonomía personal. Es el puente entre el paciente y las ayudas de dependencia, discapacidad y apoyo domiciliario.



Buenas soy Sara usuaria de ADEMM, llevo unos cuatro años en la asociación. Tengo varias sesiones a la semana de fisioterapia y terapia ocupacional (con Belen, Natalia y Borja).

La principal aportación es acompañarme durante mi tratamiento, hacer seguimiento de mi evolución y ayudarme a controlar mis síntomas. También me ofrecen orientación, apoyo emocional y a mejorar mi autoestima y calidad de vida. Teniendo en cuenta mi salud física y mi bienestar general.

Este Servicio está autorizado por CAM con el número S3194. Se presta en modo ambulatorio en horario aproximado de 8 a 15h y de 16 a 20h, viernes de 9 a 15h.

Este programa se realizó gracias a la colaboración de la Consejería de Familia, Juventud y Asuntos Sociales de la Comunidad de Madrid (subvenciones 0,7% IRPF y mantenimiento de plazas en centros y servicios de atención a la discapacidad y atención temprana).



Servicio de Atención Neuropsicológica

El Servicio de Atención Neuropsicológica acompañó en 2025 a personas afectadas por esclerosis múltiple y a sus familias desde el momento del diagnóstico, con un foco claro: el manejo de la sintomatología cognitiva. La intervención se orientó a rehabilitar, estimular y compensar las funciones cognitivas que con mayor frecuencia se ven afectadas por la enfermedad, entre ellas la velocidad de procesamiento, la memoria, la atención y la capacidad de planificación.

La atención combinó la valoración inicial presencial con sesiones de rehabilitación que pudieron desarrollarse tanto en consulta como en línea, a través de plataformas especializadas de estimulación cognitiva. En ambos casos, cada sesión fue diseñada por el profesional de forma individualizada, ajustada al perfil y las necesidades concretas de cada persona. El perfil más frecuente entre quienes acudieron al servicio fue el de un hombre de 57 años con diagnóstico de esclerosis múltiple remitente-recurrente.

En 2025:



32 Personas atendidas
1.813 Sesiones de Tratamiento



*Dolores.
La rehabilitación de
neuropsicología con Rosa me ha
aportado sobre todo confianza
en mí misma y saber
adaptarme a las nuevas
circunstancias*

Este Servicio está autorizado por CAM con el número S4004. Se presta en modo ambulatorio en horario aproximado de 8 a 16.30h.

Este programa se realizó como parte del proyecto STE gracias a la colaboración de la Consejería de Familia, Juventud y Asuntos Sociales de la Comunidad de Madrid (subvenciones 0,7% IRPF y mantenimiento de plazas en centros y servicios de atención a la discapacidad y atención temprana).



El servicio esta Certificado por
Cámara Certifica, como Sistema de
Gestión de calidad según la norma
ISO 9001 :2015



Servicio de rehabilitación domiciliaria: EMCasa, para que nadie se quede atrás.

EMCasa garantiza que nadie se quede sin atención especializada por no poder desplazarse. El servicio está dirigido a personas con esclerosis múltiple y enfermedades afines con alta afectación funcional, que por su grado de dependencia o por la presencia de barreras no pueden acceder a los recursos ambulatorios de la entidad. A través de intervenciones domiciliarias continuadas de fisioterapia, psicología y terapia ocupacional, el programa trabaja para frenar el deterioro físico, funcional y emocional y mejorar la calidad de vida de quienes más lo necesitan.

En 2026, el servicio atendió a 65 personas –46 mujeres y 19 hombres– a través de 1.621 sesiones terapéuticas, todas ellas integradas en planes de rehabilitación individualizados y de carácter semanal, orientados al mantenimiento y la recuperación de las capacidades físicas, psicológicas y sociales de cada persona.

El servicio extendió también su acción a las familias. Se desarrollaron 346 intervenciones de apoyo social, facilitando el acceso a información sobre recursos, prestaciones y ayudas económicas y acompañando a las familias en su gestión.



El perfil de las personas atendidas ha sido:

Una mujer

De 65 años

Con diagnóstico de EM Secundaria Progresiva

En 2025:

65 Personas atendidas
1.967 intervenciones



*En todos los años que llevo con los profesionales de ADEMMadrid, estoy muy contento con su trabajo y dedicación y el trato tan humano que tienen con nosotros. Nos ayudan a mejorar nuestra calidad de vida como enfermos de esclerosis múltiple, tanto física como emocionalmente. Un saludo muy cariñoso a todos los que forman ADEMMadrid,
Javier Nebreda (usuario del servicio)*

La satisfacción de las personas que han asistido ha sido de



Este Servicio está autorizado por CAM con el número S4002. Se presta en modo ambulatorio en horario aproximado de 8 a 15h.

Fundación la Caixa, apoya la gestión del trabajo que realizamos con personas en domicilios.



El Servicio esta Certificado por Cámara Certifica, como Sistema de Gestión de Calidad según la norma ISO9001



Nuestro Centro de Día

Nuestro Centro de Día fue inaugurado en el año 2000 como el **primer centro de atención diurna especializado en personas con esclerosis múltiple en la Comunidad de Madrid**. Desde entonces, hemos trabajado para ofrecer una atención integral a personas con discapacidad física que necesitan cuidados especializados, rehabilitación y apoyo en su día a día.

Pero no solo estamos aquí para ellos, sino también para sus familias. Sabemos lo importante que es contar con un respiro y un apoyo en momentos clave, por eso ofrecemos asesoramiento y espacios donde pueden encontrar respuestas y acompañamiento, ya sea de manera presencial o a distancia.

En nuestro centro, ubicado en la calle Sangenjo 36 (distrito Fuencarral-El Pardo), **ofrecemos servicios como transporte adaptado, tratamientos rehabilitadores en fisioterapia, terapia ocupacional, logopedia y psicología, actividades de ocio, asesoramiento médico y sociosanitario, además de un servicio de comedor con dietas adaptadas**. Abrimos de lunes a viernes, de 9:00 a 17:00 horas, y contamos con 40 plazas, de las cuales 38 son públicas, gestionadas a través de la Consejería de Familia, Juventud y Asuntos Sociales de la Comunidad de Madrid.

El perfil más frecuente de las personas que acuden al centro de día es:



:

Una mujer
De entre 50 y 60 años
Con diagnóstico de EM Secundaria Progresiva
Con autonomía para caminar o que usa un apoyo (bastón, muleta o andador)
Con una discapacidad media del 72,4%
Con un grado III de dependencia

Actividades realizadas en 2025

Área Sanitaria: Desde esta área se trabajó en disminuir el riesgo de enfermedad cardiovascular mediante la implementación de una caminata regular como intervención preventiva, orientada al control de factores de riesgo modificables como hipertensión arterial, dislipidemia, obesidad, sedentarismo y resistencia a la insulina. Se trabajó también en formar a los usuarios y usuarias del centro y a sus familiares en los conocimientos necesarios para actuar ante situaciones de urgencia y emergencia, a través de talleres de primeros auxilios especializados.

Área Rehabilitadora: Desde esta área se trabajó para mejorar la sintomatología –reducción del dolor, mejora del equilibrio, entre otros aspectos– así como el manejo en las actividades básicas de la vida diaria. En 2025 se incorporó el trabajo con realidad virtual, lo que contribuyó a que las sesiones resultaran más motivadoras, orientando la atención del paciente hacia la actividad lúdica en lugar de hacia las limitaciones funcionales. Esto facilitó la consecución de objetivos terapéuticos que habrían resultado más difíciles de alcanzar mediante métodos convencionales.

Área de Ocio y Tiempo Libre: El objetivo fue que cada persona que acudió al centro se sintiera acompañada, activa y parte de una comunidad. Para ello se diseñaron numerosas actividades grupales orientadas a fomentar la socialización y fortalecer la cohesión. Entre ellas destacó la salida al Zoo de Madrid, donde los participantes conocieron diferentes especies animales, aprendieron sobre sus necesidades y entorno, y desarrollaron su conciencia ambiental.

En 2025

40 plazas
97,8% de ocupación



Atención a las familias: Se acompañó a las familias desde un enfoque humanista, escuchándolas y ofreciendo apoyo práctico en su día a día ante cualquier consulta, gestión o necesidad de asesoramiento e intervención profesional. Se priorizó la compatibilidad con sus horarios y necesidades, adaptando la modalidad de atención a su elección o preferencia: atención telefónica, entrevistas y talleres presenciales o en línea.

Nivel de satisfacción de las familias de las personas usuarias



*Isabel (usuaria del Centro de Día):
Decidí venir voluntariamente a un centro de día cuando mi hijo inició la universidad, me quedaba sola en casa, siempre pensando en negativo, aburrida. Así que me dije: es esto o ir a un centro.*

El centro de día me cambió la vida, compartíamos todos una enfermedad, hacemos rehabilitación y muchas actividades. Somos todos iguales, después de 18 años en el centro para mí son mi familia. Estoy encantada, cada día me siento mejor.

El Centro de Día tiene titularidad pública y pertenece a la Red de Centros Públicos de la Comunidad de Madrid, con denominación C-3595 y tipología de centro de rehabilitación, se encuentra ubicado en la calle Sangenjo 36, 28034 Madrid. Esta constituido y gestionado por la Asociación de Esclerosis Múltiple de Madrid con CIF-81131583, con domicilio social en la calle San Lamberto, nº5 Posterior. CP.28017 de Madrid, e inscrito en el Registro de Entidades de Acción Social y Servicios Sociales con el número registral E1677.4.



Programa de Atención Familiar en Esclerosis Múltiple

Nuestro programa de Atención Familiar en Esclerosis Múltiple nació para dar respuesta a las necesidades del entorno de las personas diagnosticadas con esta patología: entender los síntomas, saber cómo actuar y convertirse en un apoyo real que acompañe el propio proceso de afrontamiento. Con él contribuimos a prevenir dinámicas familiares poco saludables y a reducir la sobrecarga de los cuidadores, aliviando el estrés y la fatiga, y promoviendo un entorno más equilibrado para quienes conviven con la enfermedad.

En 2025, el programa acompañó a 65 familias combinando tres líneas de intervención:

- **Orientación social y gestión de recursos:** Se atendieron 129 solicitudes relacionadas con información, orientación y apoyo en trámites administrativos, acceso a prestaciones, reconocimiento de discapacidad y adecuación de espacios, facilitando el día a día de las familias a lo largo de todo el año.
- **Atención psicológica:** Se realizaron más de 158 sesiones de psicoterapia, adaptadas a las necesidades de cada familia y con la modalidad que mejor se ajustaba a cada situación: intervención individual, terapia de pareja o terapia familiar. Estas sesiones proporcionaron herramientas para afrontar el impacto emocional de la enfermedad y, cuando fue necesario, para reajustar las dinámicas relacionales establecidas.
- **Cuidado de la salud física:** Se llevaron a cabo 104 sesiones de fisioterapia dirigidas a cuidadores y familiares, orientadas a prevenir lesiones derivadas del rol de cuidado, atender afecciones asociadas a la actividad de apoyo y entrenar en el uso adecuado de productos de apoyo, con el objetivo de proteger la salud y mejorar la calidad de vida de quienes cuidan.

**En
2025**

**65 personas atendidas
391 sesiones de intervención**

El perfil más frecuente de las personas que han sido atendidas en el programa de atención familiar ha sido:



Una mujer
De entre 50 y 60 años
Familiar de primer grado: madre o esposa de persona afectada
Solicita ayuda para el cuidado en en domicilio
Con necesidad de autocuidado

La satisfacción de las personas atendidas ha sido de



Estos son algunos comentarios de la encuesta de satisfacción:

"Para nosotros, ADEMM es una figura importante, de gran apoyo, de ánimos y de consejo. La coordianción de la atencion es excelente, y ante todo, destacar que todo el personal siempre está dispuesto a ayudarnos con cualquier inquietud"

"El trato profesional y cariñoso"

Este programa se realizó gracias a la colaboración de la Consejería de Familia, Juventud y Asuntos Sociales de la Comunidad de Madrid (Subvención 0.7% IRPF).





Programa Ponte en Forma

El programa Ponte en Forma promovió la práctica de ejercicio físico entre las personas con esclerosis múltiple, con un doble propósito: favorecer el mantenimiento de la capacidad funcional, el bienestar físico y la autonomía personal, y actuar como herramienta de prevención y atención temprana.

Los **grupos de ejercicio físico** ofrecieron sesiones semanales de una hora, con una o dos asistencias por semana según preferencia, centradas en la mejora de la fuerza y la resistencia muscular bajo supervisión fisioterapéutica. Un espacio abierto a cualquier persona con ganas de cuidarse y encontrarse mejor.

Las **sesiones de Pilates** trabajaron la flexibilidad, la fuerza muscular, la resistencia, la coordinación y la concentración, con especial atención al control de la respiración y la postura, y siempre de la mano de un fisioterapeuta especializado en neurorrehabilitación.

El **Yoga**, por su parte, se consolidó como terapia complementaria eficaz en el manejo de los síntomas de la EM, con beneficios tanto físicos como emocionales que se tradujeron en una mejora tangible en la calidad de vida cotidiana de los participantes.

309 sesiones de ejercicio en 2025





Programa Cocina sin Límites

En 2025, la iniciativa "Cocina Sin Límites" continuó su labor de producción de material educomunicacional dirigido a personas afectadas por esclerosis múltiple. El eje principal del año fue la producción de un vídeo de largo formato que abordó temáticas clave para la vida cotidiana en la cocina, como el uso de ayudas técnicas y trucos prácticos para facilitar las tareas, y la selección de alimentos seguros. Este vídeo fue posteriormente fragmentado en clips temáticos y difundido a través del canal de YouTube de la iniciativa, Instagram y otras plataformas digitales.

Un hito destacado del año fue la publicación de varias recetas y consejos de preparación en la revista Madrid es Múltiple, lo que supuso un salto importante en términos de alcance y visibilidad, llegando a la comunidad a través de un medio de referencia de la Asociación.

La iniciativa se ha desarrollado gracias a la colaboración de la **Fundación A.M.A.**, cuyo apoyo ha permitido reforzar el acceso a información práctica y útil para mejorar la autonomía y la calidad de vida de las personas con esclerosis múltiple.



A red plate with a white cup of coffee and a red alarm clock. The coffee has a heart shape on top. The alarm clock is red with white numbers and hands.

Programa de Ocio y Tiempo Libre 2025.

Una nueva edición del Programa de Ocio y Tiempo Libre reafirmó el compromiso de ADEM Madrid con el derecho a la participación plena en el espacio público de las personas afectadas por esclerosis múltiple y sus familias.

A lo largo del año se realizaron trece salidas en las que los participantes conocieron, aprendieron y compartieron experiencias en torno a las artes plásticas, el teatro, la música y la arquitectura. Pero más allá de los contenidos, el programa partió de una premisa sencilla y poderosa: que cada actividad estuviera diseñada para que los asistentes solo tuvieran que pensar en disfrutar, sin que la accesibilidad del entorno supusiera una preocupación. Esa certeza abrió la puerta a algo más profundo: la posibilidad de estar presente, de conectar y de ser parte activa de la comunidad.

Las actividades impactaron de manera positiva en el bienestar emocional, físico y social de quienes participaron, y alimentaron esa curiosidad innata que tenemos por conocer lo que nos rodea y por saltar las barreras que con demasiada frecuencia nos separan de la vida cultural de nuestra ciudad.

Entre las salidas más destacadas estuvo la visita a la exposición de juguetes del Madrid de nuestra infancia, donde los participantes realizaron un auténtico viaje en el tiempo, recuperando recuerdos y emociones que difuminaron por un momento cualquier otra preocupación.

También tuvo una acogida especial la visita a los Viveros de Estufas de El Retiro, el corazón verde donde se cultivan las plantas ornamentales de la ciudad: allí, el grupo se convirtió por unas horas en jardineros, tocando la tierra y siendo parte del ciclo que mantiene viva la belleza de Madrid.

En conjunto, el programa demostró que saltar las barreras –físicas, pero también simbólicas– y ser parte activa de la comunidad es posible, y que el ocio, cuando se diseña con cuidado, es una forma genuina de cuidar la salud.



El proyecto OCIO Y EM: Ocio participativo en Esclerosis Múltiple cuenta con el respaldo del Distrito de Ciudad Lineal del Ayuntamiento de Madrid.

A pair of hands, palms up, holding a large, glowing red heart. The background is a solid light blue color. The heart has a soft glow and a slight shadow, giving it a three-dimensional appearance.

Área Asociativa, Comunidad y Sensibilización

- **Gobernanza y Transparencia**
- **Participación y Vida Asociativa**
- **Sensibilización Social y Campañas**
- **Comunicación y Comunidad Digital**



Área Asociativa, Comunidad y Sensibilización en 2025

Cuando las personas se unen para afrontar una enfermedad, nace una comunidad capaz de generar apoyo, conocimiento y cambio social

ADEM Madrid es, ante todo, una asociación de personas afectadas por Esclerosis Múltiple y sus familias. Desde su origen, la entidad ha sido un espacio de encuentro, apoyo mutuo y participación, en el que las personas que conviven con la enfermedad pueden compartir experiencias, acceder a información y formar parte activa de una comunidad comprometida con la mejora de su calidad de vida.

El área asociativa recoge el conjunto de iniciativas que fortalecen esta comunidad y promueven la participación de las personas asociadas, así como las acciones dirigidas a sensibilizar a la sociedad sobre la realidad de la Esclerosis Múltiple. A través de la gobernanza participativa, las campañas de sensibilización, la comunicación social y la colaboración con otras entidades, ADEM Madrid trabaja para dar visibilidad al colectivo, defender sus derechos y fomentar una sociedad más informada e inclusiva.



La Comunidad de ADEM Madrid en cifras:

948 personas asociadas forman parte de la comunidad ADEM Madrid

26 actividades grupales desarrolladas

Más de 1 mil usuarios informados a través de publicaciones semanales y mensuales: Revistas “Madrid es Múltiple” y hojas semanales informativas.

> 61 mil visitantes a nuestra página web

> 13 mil seguidores en redes sociales

Las páginas que siguen recogen las principales acciones desarrolladas durante el año en materia de participación asociativa, sensibilización social, comunicación y colaboración, mostrando cómo la comunidad ADEM continúa creciendo y generando impacto más allá de la atención sociosanitaria.



Gobernanza y Transparencia

ADEM Madrid desarrolló su actividad a partir de **un modelo de gobernanza basado en la participación de las personas asociadas, la responsabilidad institucional y el compromiso con la transparencia.**

La Asamblea General, integrada por las personas socias, ejerció como principal órgano de decisión, aprobando la gestión y las cuentas anuales y garantizando la participación democrática en la vida de la asociación. La Junta Directiva, por su parte, orientó la estrategia de la organización y realizó el seguimiento de su actividad a lo largo del año.

La estructura profesional de la entidad gestionó los programas y servicios especializados dirigidos a las personas con esclerosis múltiple y sus familias, apoyándose en un sistema de gestión certificado conforme a la norma ISO 9001:2015, que asegura la calidad de los procesos y la mejora continua.

El compromiso con la transparencia se concretó en la rendición periódica de cuentas, la información a las personas asociadas y la colaboración con administraciones públicas y entidades sociales, reforzando la confianza en la labor de ADEM Madrid y en el uso responsable de los recursos.

Órgano de gobierno:



1 Asamblea Ordinaria Anual en el mes de Junio
5 Reuniones formales de Junta Directiva
Más de 50 profesionales especializados





Participación y vida asociativa

Las asociaciones de pacientes las formamos las personas afectadas, sus familias y toda la comunidad comprometida con nuestra causa. Desde hace más de 30 años, venimos impulsando actividades de conexión, fortalecimiento comunitario y apoyo mutuo.

Un año más, en 2025 se promovieron diferentes iniciativas para generar espacios de relación, intercambio de experiencias y participación activa.

Entre ellas destacaron los **talleres de jabones solidarios**, impartidos mensualmente por dos personas afectadas por esclerosis múltiple, con una media de siete u ocho participantes por sesión, que se consolidaron como una actividad estable dentro de la asociación.



Se celebró también la **II edición del Mercadillo Solidario de ADEM Madrid**, desarrollado en diciembre en los dos centros de la entidad. La actividad reunió alrededor de 100 asistentes y contó con la colaboración de voluntarios y donantes, permitiendo recaudar fondos destinados a apoyar a las personas afectadas. El evento se afianzó como una de las iniciativas solidarias más significativas del año.





Sensibilización Social y Campañas

ADEM Madrid desarrolló a lo largo del año diversas acciones de sensibilización social con el objetivo de dar visibilidad a la realidad de la esclerosis múltiple, promover el conocimiento sobre la enfermedad y fomentar una sociedad más informada, inclusiva y comprometida con las necesidades del colectivo.

Estas acciones se organizaron principalmente en tres ámbitos:

Divulgación y conocimiento: Se participó en charlas y encuentros informativos en los que se compartieron experiencias y se difundió información sobre la enfermedad y los recursos disponibles.

En mayo, ADEM Madrid estuvo presente en la **Feria de Asociacionismo y Entidades organizada por el Distrito de Ciudad Lineal del Ayuntamiento de Madrid**, donde se acercaron a los vecinos las necesidades del colectivo.

En noviembre se participó en la **jornada Aliados en tu día a día: medicación en enfermedades neurodegenerativas, organizada por la Universidad Complutense de Madrid en el marco de la Semana de la Ciencia**, en la que Rocío Quirós, afectada y miembro de la Junta Directiva, dio voz a la experiencia del paciente.



En diciembre se participó en la **jornada EM360, liderada por la Unidad de EM del Hospital Universitario Gregorio Marañón**, en la que se exploraron las necesidades del sistema sanitario y de las asociaciones de pacientes con el objetivo de mejorar la atención y la continuidad en los tratamientos.



El año cerró con EM Virtual, una jornada sobre tecnología, software y realidad virtual aplicadas a los tratamientos de esclerosis múltiple, en la que participaron la Dra. Virginia Meca, neuróloga del Hospital Universitario La Princesa, Alberto Gutiérrez, fisioterapeuta de ADEM Madrid, y Pilar Ranz, farmacéutica del Hospital Universitario Gregorio Marañón. Esta jornada se realizó en el marco del programa EMpatiza con la EM, coordinado por AEDEM con el apoyo del Ministerio de Derechos Sociales, Consumo y Agenda 2030.



Presencia en medios y espacios públicos: Destacó la participación en tres reportajes del **programa Madrid Mejora Tu Vida de Telemadrid**, grabados en las instalaciones de ADEM Madrid con la participación de personas usuarias y profesionales, en los que se abordaron la alimentación en procesos neurológicos, los servicios y tratamientos de la entidad, y el papel de los productos de apoyo en el día a día de las personas con EM.



Se participó también en dos campañas de AEDEM: **la IV edición de CaminEMos por la EM** y la campaña de reivindicación del diagnóstico precoz, así como en el proyecto **ContEMos historias**, con los textos de dos personas asociadas.

En 2025 también participamos en varios comités de pacientes en entornos hospitalarios, llevando la voz y las necesidades de las personas afectadas a los Hospitales Universitarios Infanta Sofía y Clínico San Carlos, así como al Comité de Farmacia Hospitalaria del Hospital Universitario La Princesa.



Comunicación y Comunidad Digital

La comunicación es una herramienta estratégica para ADEM Madrid: nos permite acercar información fiable sobre la esclerosis múltiple, mantener el vínculo con nuestra comunidad y dar visibilidad a una realidad que merece más presencia pública. En 2025, la actividad comunicativa de la entidad alcanzó una dimensión significativa, con resultados que acreditan tanto el alcance de nuestros mensajes como el arraigo de nuestra comunidad digital.

Redes sociales La difusión de nuestra actividad –servicios, proyectos, eventos, recursos y contenidos sobre la EM– a través de nuestros canales digitales generó más de 1.000 publicaciones a lo largo del año, con cerca de 540.000 impactos acumulados entre una comunidad de más de 13.000 seguidores. Estos datos reflejan no solo visibilidad, sino el interés creciente de la sociedad por conocer la realidad de las personas con esclerosis múltiple.

Página web Nuestro sitio web registró más de 60.000 visitas, consolidándose como el principal punto de acceso a información rigurosa y actualizada sobre la enfermedad, los servicios de la asociación y los recursos disponibles para personas afectadas y sus familias.



> 61 mil visitas registradas en la página web (+ 9 mil visitas que en 2024)

> 13 mil personas siguen la actividad de ADEM en redes sociales (+ 3 mil nuevos seguidores)

> 537 mil impactos en redes sociales (casi 3 veces más que en 2024)

Publicaciones A través de nuestra revista Madrid es Múltiple y de las hojas informativas semanales, editamos cerca de 60 publicaciones que llegaron a una audiencia fija de más de 1.000 personas. Dos formatos complementarios: uno de mayor profundidad para reflexionar sobre la EM y la vida asociativa, y otro de proximidad semanal para mantener el pulso informativo de nuestra comunidad.



10 Revistas “Madrid es Múltiple” enviados a las personas asociadas y la comunidad de personas relacionadas con ADEM Madrid.

42 envíos de información periódica a la comunidad

Juntos, estos canales conforman un ecosistema comunicativo que fortalece el vínculo con quienes ya nos acompañan y abre puertas a quienes aún no conocen la realidad de la esclerosis múltiple ni los recursos que tienen a su disposición.



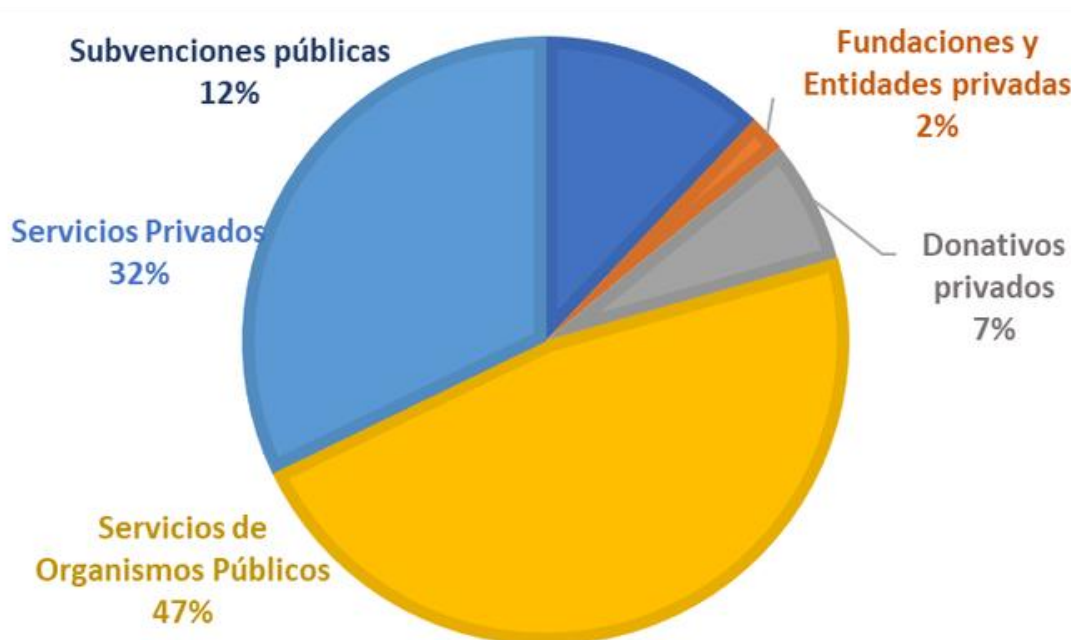


La entidad mantiene un **modelo de financiación diversificado que combina apoyo público, colaboración privada y aportaciones de la comunidad asociativa.**

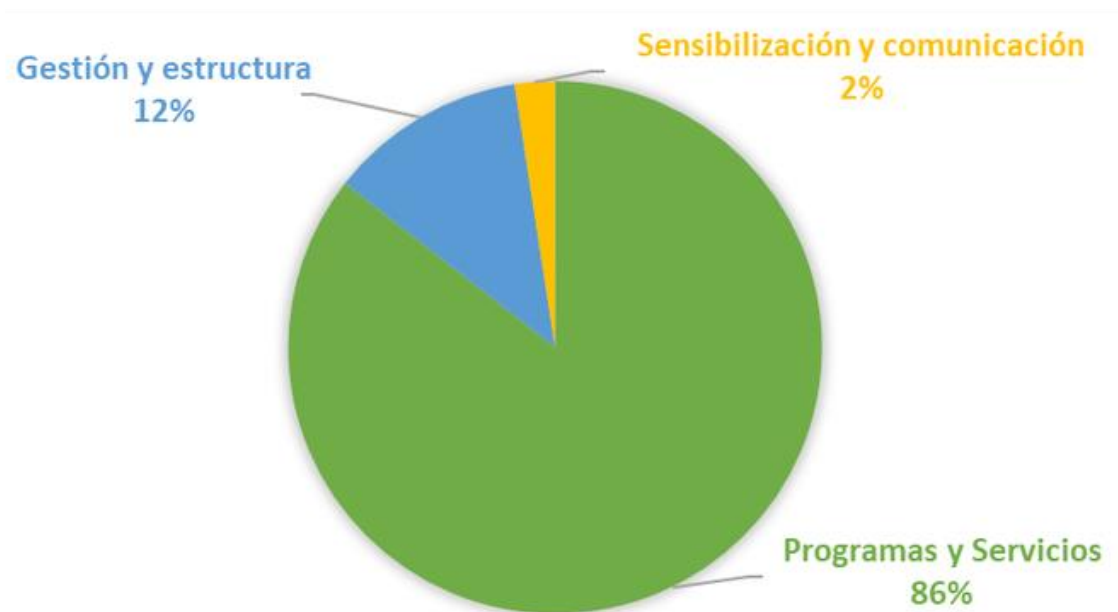
El desarrollo de los programas, servicios y actividades de ADEM Madrid es posible gracias a una gestión responsable de los recursos y a la colaboración de diversas entidades públicas y privadas que apoyan la misión de la asociación.

+ 1.800.000 de presupuesto anual gestionado
+ 12 Entidades Financiadoras
86% destinado a programas y servicios

Origen de los recursos:



Destino de los recursos:



Nuestras principales entidades financiadoras en 2025 han sido:

- **Administraciones Públicas:** Comunidad de Madrid, a través de la Consejería de Familia, Juventud y Asuntos Sociales y la Consejería de Sanidad; y el Ayuntamiento de Madrid, a través del Distrito de Ciudad Lineal.
- **Fundaciones:** Fundación ONCE, Fundación Roviralta, Fundación A.M.A. y Fundación "la Caixa".
- **Entidades Privadas:** IVB Wellness, Distiplas Floors, Leroy Merlin, Toyota , Benevity y ACCEDES.
- **Personas colaboradoras:** Agradecemos con especial cariño el desinteresado apoyo de D. Fernando Navarro y Dña. Susana López, ambos arquitectos, que colaboraron a lo largo del año en diversos trabajos de entidad.

Agradecimientos y Alianzas

ADEM Madrid agradece el apoyo de las entidades públicas y privadas que, con su colaboración, hacen posible nuestra misión. En 2025, contamos con el respaldo de:



Comunidad de Madrid



MADRID

Distrito
Ciudad Lineal



Fundación
ONCE



Fundación A.M.A.



Fundación "la Caixa"



TOYOTA



benevity

IVB

Wellness Lab



Accedes
Entornos y Servicios Accesibles, S.L.



Convenio de prácticas:



ASOCIACIÓN DE ESCLEROSIS MÚLTIPLE DE MADRID (ADEM Madrid)



**Calle San Lamberto 5
(Posterior) 28017 Madrid**

91 404 44 86

ademm@ademmadrid.com

www.ademmadrid.es

