



Fundamentos de la campaña

navegando juntos la **EM**

## Sobre el Día Mundial de la EM

**El Día Mundial de la EM es un día internacional de concientización para todas las personas afectadas por la esclerosis múltiple. Es un día de solidaridad mundial, acción colectiva y esperanza.**

En 2009, la Federación Internacional de EM (MSIF) y sus miembros lanzaron el primer Día Mundial de la EM. Juntos hemos llegado a miles de personas de todo el mundo, centrándonos en varios temas de campaña.

El Día Mundial de la EM se celebra oficialmente el 30 de mayo. Los actos, eventos y campañas tienen lugar durante todo el mes de mayo. Reúne a la comunidad global de la EM para compartir historias, concientizar y hacer campaña en solidaridad con todos aquellos afectados por la EM y en apoyo a ellos.



## ¿Qué es la EM?

La esclerosis múltiple (EM) es una de las enfermedades más comunes del sistema nervioso central (cerebro y médula espinal). Hoy en día, hay más de 2,8 millones de personas en todo el mundo que padecen EM.

La EM es una enfermedad desmielinizante inflamatoria. Está provocada por un daño en la mielina, un material graso que aísla los nervios. En la EM, la pérdida de mielina afecta a la forma en que los nervios conducen los impulsos eléctricos hacia y desde el cerebro. Los síntomas varían mucho, pero pueden incluir visión borrosa, debilidad en las extremidades, sensación de hormigueo, inestabilidad, problemas de memoria y fatiga.

A la mayoría de las personas se les diagnostica EM entre los 20 y los 40 años. No hay ningún medicamento que pueda curar la EM, pero existen tratamientos que pueden modificar el curso de la enfermedad.

Si quieres obtener más información sobre la EM, ponte en contacto con una organización de EM en tu país o visita el sitio [web de la MSIF](#).

## La campaña 'Mi diagnóstico de Esclerosis Múltiple'

**El nuevo tema del Día Mundial de la Esclerosis Múltiple de 2024-2025 es el diagnóstico. El nombre de la campaña será 'Mi diagnóstico de Esclerosis Múltiple', y el eslogan, 'Navegando juntos la Esclerosis Múltiple'.**

La campaña 'Mi diagnóstico de Esclerosis Múltiple' aboga por un diagnóstico precoz y preciso para todas las personas con EM. Pone de relieve las barreras mundiales que dificultan el diagnóstico de la Esclerosis Múltiple y sensibiliza a la población compartiendo historias y datos reales. Hacemos campaña para mejorar la formación en Esclerosis Múltiple de los profesionales sanitarios, realizar nuevas investigaciones y lograr avances clínicos en el diagnóstico de la EM. Juntos trabajamos para construir comunidades informadas y solidarias, y sistemas que apoyen a las personas con diagnóstico de Esclerosis Múltiple.



## Enfoques de la campaña

**Mi diagnóstico de EM es una campaña flexible y de amplio alcance. Tanto si eres una persona física o una organización, podrás centrarte en diferentes enfoques para celebrar el Día Mundial de la EM, tales como:**

Presionar a los responsables de la toma de decisiones para mejorar el diagnóstico precoz y preciso para todos los que viven con esclerosis múltiple.

Destacar las barreras mundiales y nacionales para acceder a un diagnóstico de esclerosis múltiple.

Construir comunidades y sistemas informados y solidarios que apoyen a las personas con diagnóstico de esclerosis múltiple.

Sensibilizar y generar solidaridad mediante el intercambio de experiencias sobre el diagnóstico de esclerosis múltiple.

Abogar por una mejor formación y concienciación sobre la esclerosis múltiple entre los profesionales sanitarios.

Apoyar a nuevas investigaciones y avances clínicos en el diagnóstico de la esclerosis múltiple.



# ¿Sabías qué...?

## Es vital un diagnóstico precoz

Un diagnóstico precoz es vital para iniciar un tratamiento temprano con terapias modificadoras de la enfermedad, las cuales pueden reducir las recaídas y disminuir la discapacidad futura. Además, el diagnóstico precoz permite implementar cambios en el estilo de vida que ayudan a controlar la EM y mejorar la calidad de vida.

## Cada 5 minutos

Cada 5 minutos, en algún lugar del mundo, alguien recibe un diagnóstico de esclerosis múltiple.

## 30,000 niños

La esclerosis múltiple afecta tanto a niños y adultos, con al menos 30 000 menores de 18 años viviendo con esta enfermedad.

## 2,8 millones de personas

Más de 2,8 millones de personas en todo el mundo viven con EM.

## El doble de las personas con EM son mujeres

Hay al menos el doble de mujeres (69 %) que hombres (31 %) afectados por la EM.

## 83 % de países

En el 83 % de los países del mundo, existen barreras que dificultan un diagnóstico precoz de la EM.

## No existe una prueba sencilla

Los neurólogos suelen utilizar múltiples pruebas para descartar otras causas de los síntomas antes de confirmar un diagnóstico de EM.



## Barreras para un diagnóstico precoz de la EM

En la mayoría (83 %) de los países del mundo existen barreras que dificultan el diagnóstico precoz de la EM. Algunas de las barreras más comunes que se interponen en el camino del diagnóstico son:

- Falta de concientización pública sobre los síntomas de la EM
- Desconocimiento de los síntomas de la EM entre los profesionales de la salud
- No hay profesionales de la salud con los conocimientos necesarios para diagnosticar la EM
- Algunas personas optan por no someterse a pruebas de diagnóstico, por razones como por ejemplo, debido a los altos costos o las dificultades para trasladarse
- No se cuenta con equipos médicos especializados o pruebas de diagnóstico
- Burocracia, ineficiencia y complejidad del sistema sanitario
- El costo del diagnóstico es demasiado elevado para que los gobiernos o los seguros médicos lo financien

En todo el mundo, la principal barrera para obtener un diagnóstico precoz es la falta de conocimiento de los síntomas de la esclerosis múltiple entre la población y los profesionales sanitarios. Para saber más sobre las barreras que impiden acceder a un diagnóstico precoz de la EM, lee el [Informe sobre el Atlas de la Gestión Clínica de la EM](#)



# Pasa a la acción

**¡Hay muchas formas de participar en esta campaña!  
A continuación, te presentamos algunas ideas para comenzar.**



## Únete a la conversación

Genera interés con el conjunto gratuito de [recursos](#) del sitio web del Día Mundial de la EM. Comparte gráficos, carteles, animaciones y mucho más para que la gente comente la campaña. Utiliza los hashtags #MiDiagnósticodeEM y #DíaMundialde laEM cuando publiques en las redes sociales. Si te han diagnosticado EM, puedes ayudar a aumentar la concientización compartiendo la historia de tu diagnóstico en el [mapa del Día Mundial de la EM](#).



## Organiza una actividad

Organiza una actividad este Día Mundial de la Esclerosis Múltiple. Desde eventos flashmobs y actividades para recaudar fondos hasta conferencias y talleres: ¡no tengas miedo de usar tu creatividad y llamar la atención! Puedes visitar el mapa del Día Mundial de la Esclerosis Múltiple para ver a la comunidad mundial de la EM en acción y compartir tus actividades con el mundo.



## Aboga por el cambio

El Día Mundial de la Esclerosis Múltiple sirve para promover la participación de los responsables de la toma de decisiones y mejorar las condiciones de vida de las personas con EM. Reflexiona sobre los cambios que deseas ver y cómo puedes influir en los líderes de tu gobierno y comunidad. Puedes utilizar los datos del [Atlas de la EM](#) para poner de relieve las barreras que dificultan un diagnóstico precoz y preciso de la EM. Visita el [sitio web de la MSIF](#) para obtener más información sobre cómo podemos mejorar el diagnóstico de la esclerosis múltiple.

## Pasa a la acción



### Sé noticia

Consigue que el Día Mundial de la EM aparezca en las noticias. Aumenta la concientización, comparte historias reales y destaca las cuestiones clave en torno al diagnóstico de la EM. Puedes escribir un artículo, publicar en un blog, ponerte en contacto con periodistas locales o incluso organizar una rueda de prensa.



### Ilumina el mundo

Ilumina lugares emblemáticos y edificios en tu ciudad en conmemoración del Día Mundial de la Esclerosis Múltiple, como un símbolo de esperanza. Únete a países de todo el mundo para iluminar juntos los cielos en apoyo a la EM.



### Desafío "Corazón de la EM"

Muestra tu apoyo en algún lugar especial compartiendo un Corazón de la EM para el Día Mundial de la Esclerosis Múltiple. Inspirado en el símbolo de un lenguaje de señas para la palabra "juntos", el Corazón de la EM es un símbolo de solidaridad con todas las personas afectadas por esta enfermedad. Une tus manos y comparte una foto del Corazón de la EM junto a un monumento nacional, un lugar favorito de tu localidad o durante un acontecimiento importante. ¡Los mejores envíos recibirán un Certificado del Día Mundial de la EM!



**El Día Mundial de la EM está coordinado por la Federación Internacional de Esclerosis Múltiple (MSIF) y sus miembros.**

Si tienes alguna consulta o necesitas ayuda, ponte en contacto con [worldmsday@msif.org](mailto:worldmsday@msif.org). Para recibir las últimas noticias y actualizaciones, suscríbete al boletín del Día Mundial de la EM en <https://worldmsday.org/newsletter/>

[worldmsday.org](https://worldmsday.org)

   [WorldMSDay](#)