

## EN ESCLEROSIS MÚLTIPLE

### JUSTIFICACIÓN

La **Esclerosis Múltiple (EM)** es una enfermedad que, tras su diagnóstico, puede desencadenar muchas **emociones diferentes**. No obstante, a pesar de que la vivencia sea única para cada una de las personas que conviven con la EM, es normal que algunas de ellas se experimenten con frecuencia.

Por ello, Merck ha desarrollado la guía "**EMociones en Esclerosis Múltiple**", un documento que refleja algunas de las emociones más frecuentes que sienten las personas con EM en cada fase de su enfermedad.

### OBJETIVOS

La guía "**EMociones en Esclerosis Múltiple**" tiene el objetivo de servir de herramienta, tanto para el paciente como a todo su entorno, para **encontrar respuesta** a sus emociones y sensaciones, **entender qué** y **cómo se sienten** y **aprender** de otras personas que viven la misma realidad.

### IMPACTOS

Con el objetivo de generar el mayor impacto social posible para mejorar la calidad de vida de este colectivo, la guía se ha distribuido a:

- Más de 100 **asociaciones de pacientes** a nivel nacional
- **profesionales sanitarios**
- **redes sociales**
- Campaña de difusión por el **Día Nacional de la EM**

### METODOLOGÍA

Para el desarrollo de la guía "**EMociones en Esclerosis Múltiple**" se han realizado las siguientes fases:

1. En la primera fase se realizaron **entrevistas a 9 personas** con esclerosis múltiple, reclutadas a través de la colaboración con Federaciones de pacientes, que han contado de primera mano cómo ha sido su día a día durante todas las etapas de su enfermedad.
2. Después, se procedió a dar una **explicación de las emociones** identificadas en cada fase contando con la colaboración de dos psicólogas expertas en EM, facilitando así la psicoeducación sobre emociones y recomendaciones para favorecer la gestión de las mismas:

**FASE 1**  
"Ni lo ven, ni lo sientes"

Incertidumbre

Ansiedad

Seguridad

**FASE 2**  
"Lo sientes y no lo ven"

Vergüenza

Ira

Soledad

**FASE 3**  
"se ve y se siente"

Tristeza

Miedo

aceptación



Escanee el siguiente QR para acceder a la guía completa.

Una iniciativa de:



Con la colaboración de:



Con el aval de:

