



HOJA INFORMATIVA

190 Noviembre-Diciembre 2020

ASOCIACIÓN RETINA MADRID

C/ Carretas 14, 4ª planta G1 – 28012 Madrid
Teléfono: 915 216 084/ 615 362 357 www.retina.es

- ASAMBLEA GENERAL ORDINARIA
- ENSAYO ASAMBLEA GENERAL
- APOYO PSICOLÓGICO VOLUNTARIA ARM
- NUEVOS ASOCIADOS
- LOTERIA DE NAVIDAD
- GRUPOS DE AYUDA MUTUA
- NOTICIA CIENTÍFICA
- REDES SOCIALES
- TABLÓN DE ANUNCIOS
- PENSAMIENTOS PARA REFLEXIONAR

Recordamos que la sede de la Asociación Retina Madrid permanecerá cerrada, realizándose atención presencial únicamente con cita previa y manteniendo el horario de atención telefónica habitual; pudiendo contactar, a su vez, por correo electrónico. Estas medidas se mantendrán en tanto se mantenga la situación actual.

ASAMBLEA GENERAL ORDINARIA. Estimados asociados, la asamblea general ordinaria de la Asociación Retina Madrid se celebrará el próximo sábado día 21 de noviembre de 2020. Primera convocatoria a las 10:00 de la mañana y segunda a las 10:30. En esta ocasión, como os hemos anunciado en el envío de la convocatoria, se realizará de manera online a través de la plataforma zoom. Toda la información la tenéis disponible en el correo enviado con anterioridad en relación a la asamblea. Como las asambleas son la manera en que los asociados participan en la gestión de la entidad, y dada la importancia de los temas a tratar, animamos a todos los asociados a participar en la asamblea ordinaria, o a delegar su voto en la persona elegida.

Para cualquier cuestión que se te pueda plantear en torno a la asamblea y su desarrollo, ponte en contacto con nosotros en los teléfonos y correos electrónicos de la Asociación.

ENSAYO DE ASAMBLEA GENERAL. Este año dadas las circunstancias de pandemia que impiden hacer reuniones presenciales, nos hemos visto obligados a utilizar la plataforma Zoom por las posibilidades que ofrece. Dada la novedad del uso de esta aplicación ofrecemos a los asociados esta prueba, a fin de que se familiaricen con esta nueva herramienta. El ensayo se realizará el martes de la próxima semana día 17 de noviembre de 2020 a las 12:00 horas. Si estas interesado, te pedimos que nos lo hagas saber para hacerte llegar el link de acceso a la prueba de la asamblea.

APOYO PSICOLÓGICO VOLUNTARIA ARM. Si necesitas hablar o conoces a alguien que esté teniendo dificultad en afrontar la situación actual, escribe a Beatriz. Es psicóloga voluntaria de la Asociación y se ha ofrecido a dar apoyo a quien lo necesite. Contacta con ella en el siguiente teléfono: 615362357

NUEVOS ASOCIADOS. Damos la bienvenida a los nuevos miembros de la Asociación Retina Madrid: 1161 Sonia, 1162 Josefa, 1163 Esther, 1164 Beatriz, 1165 Víctor, 1166 Lourdes, 1167 Xiomara, 1168 Juan Ignacio, 1169 Cristina, 1170 Carmen, 1171 Loli, 1172 José Luis.

LOTERÍA DE NAVIDAD. Ya se acerca la tradicional lotería de navidad. Como cada año, la Asociación Retina Madrid pone a su disposición décimos y papeletas con los que poder participar en el sorteo. Este año el número elegido ha sido el 52023. Quienes tengan decidido comprar décimos, lo deberán comunicar antes del día 16 de diciembre de 2020; si están interesados en comprar papeletas, podrán adquirirlas acudiendo a la asociación hasta mediados de diciembre. Para su adquisición se deberá abonar el importe previamente, a través de la cuenta bancaria, o en el momento de la compra del décimo o la papeleta; los precios son 6 euros por papeleta, de los cuales se juegan 5 € y 1 euro es de donativo para la asociación y el décimo 24, jugando 20 € y 4 euros de donativo. El número de cuenta de Asociación Retina Madrid en CaixaBank es: ES8921002126540200522210.

GRUPOS DE AYUDA MUTUA. Se han retomado los grupos de ayuda mutua en la Asociación Retina Madrid a través de la plataforma zoom; un espacio donde compartir experiencias y situaciones personales con personas que padecen algún tipo de distrofias hereditarias de la retina. Animamos a los asociados a participar en estos grupos que se realizan el último lunes de cada mes, siendo el siguiente encuentro del curso el próximo día 30 de noviembre de 2020 a las 10:30 horas. ¡Os esperamos!

Desde la Asociación Retina Madrid esperamos que tanto vosotros como vuestras familias estéis bien en estas circunstancias difíciles que vivimos, aunque con el esfuerzo de todos parece que lo vamos a superar. Desearos mucho ánimo y que pronto podamos volver a encontrarnos. ¡Cuidaos mucho!

Si estás interesado por cualquiera de las actividades o servicios propuestos, ponte en contacto con nosotros (Tel. 91 5216084 – 615362357 o trabajosocial@retina.es)

NOTICIA CIENTÍFICA.

- **Científicos regeneran el nervio óptico en el laboratorio utilizando una terapia genética**

Científicos de la Universidad de Cambridge (Reino Unido) han utilizado la terapia genética para regenerar las fibras nerviosas dañadas del ojo en un experimento en laboratorio, dentro de un descubrimiento que podría ayudar al desarrollo de nuevos tratamientos para el glaucoma, una de las principales causas de ceguera en todo el mundo. Los axones (fibras nerviosas) del sistema nervioso central (SNC) de los adultos normalmente no se regeneran después de una lesión o enfermedad, lo que significa que el daño suele ser irreversible. Sin embargo, en la última década se han hecho varios descubrimientos que sugieren que puede ser posible estimular la regeneración. En un estudio publicado en la revista científica 'Nature Communications', los científicos comprobaron si el gen responsable de la producción de una proteína conocida como protrudina podría estimular la regeneración de las células nerviosas y protegerlas de la muerte celular después de una lesión.

El equipo utilizó un sistema de cultivo celular para hacer crecer células cerebrales en un plato. Luego dañaron sus axones con un láser y analizaron la respuesta a esta lesión con un microscopio de células vivas. Los investigadores encontraron que el aumento de la cantidad o la actividad de la protrudina en estas células nerviosas aumentó enormemente su capacidad de regeneración.

Las células nerviosas de la retina, conocidas como células ganglionares de la retina, extienden sus axones desde el ojo hasta el cerebro a través del nervio óptico para

transmitir y procesar la información visual. Para investigar si la protrudina podría estimular la reparación en el SNC lesionado en un organismo intacto, los investigadores utilizaron una técnica de terapia genética para aumentar la cantidad y la actividad de la protrudina en el ojo y el nervio óptico. Cuando midieron la cantidad de regeneración unas semanas después de una lesión por aplastamiento del nervio óptico, el equipo descubrió que la protrudina había permitido que los axones se regeneraran a grandes distancias. También encontraron que las células del ganglio retiniano estaban protegidas de la muerte celular.

Los investigadores mostraron que esta técnica puede ayudar a proteger contra el glaucoma, una enfermedad ocular común. En el glaucoma, el nervio óptico que conecta el ojo con el cerebro se daña progresivamente, a menudo en asociación con una presión elevada dentro del ojo. Si no se diagnostica a tiempo, el glaucoma puede provocar la pérdida de la visión. Para demostrar este efecto protector de protrudin contra el glaucoma, los investigadores utilizaron una retina entera de un ojo de ratón y la cultivaron en un plato de cultivo celular. Por lo general, alrededor de la mitad de las neuronas de la retina mueren a los tres días de la eliminación de la retina, pero los investigadores encontraron que el aumento o la activación de protrudin llevó a una protección casi completa de las neuronas de la retina.

"Nuestra estrategia se basa en el uso de la terapia genética (un enfoque ya en uso clínico) para entregar protrudina en el ojo. Es posible que nuestro tratamiento pueda desarrollarse más como una forma de proteger las neuronas de la retina de la muerte, así como estimular sus axones para que vuelvan a crecer. Es importante señalar que estos hallazgos necesitarían más investigación para ver si pueden ser desarrollados en tratamientos efectivos para los humanos", explica la primera autora del estudio Veselina Petrova, del Departamento de Neurociencias Clínicas de la Universidad de Cambridge.

La protrudina normalmente reside dentro del retículo endoplásmico, pequeñas estructuras dentro de nuestras células. En este estudio, el equipo demostró que el retículo endoplásmico que se encuentra en los axones parece proporcionar materiales y otras estructuras celulares importantes para el crecimiento y la supervivencia con el fin de apoyar el proceso de regeneración después de una lesión. La protrudina estimula el transporte de estos materiales al lugar de la lesión.

5 de noviembre 2020.
Fuente: Europa Press

REDES SOCIALES.

Página web; www.retina.es

Facebook ARM: <https://www.facebook.com/pages/Asociaci%C3%B3n-Retina-Madrid/192850640728201>

Facebook FRE: <https://www.facebook.com/FundacionRetinaEspana>.

Twitter FRE: <https://twitter.com/fundacionretina?lang=es>

Twitter ARM: <https://twitter.com/retinamadrid>

Blog FRE: <http://blog.madridactual.es/todos-los-blogs/author/author/fre>

TABLON DE ANUNCIOS.

Consulta de medicina tradicional china y acupuntura. Carlos Maroñas, titulado por la Fundación europea de Medicina Tradicional China, oferta sus servicios en terapias alternativas. Su teléfono de contacto es 649907649. Consulta: Ronda de Toledo.

MQ Fisioterapia. Clínica de Fisioterapia, Osteopatía, Acupuntura y Pilates situada en el centro de Madrid (Cuatro Caminos), donde se ofrece a los pacientes un trato personalizado en un ambiente cálido y agradable. Todos los profesionales que trabajan en el centro son fisioterapeutas colegiados. Ponen a tu disposición diferentes técnicas, que el terapeuta combinará a su juicio según las necesidades de cada paciente. Como cortesía a Asociación Retina Madrid se ofrece un precio especial de 35 euros por sesión. Si estás interesado ponte en contacto en los números de teléfono 910340225-678545310.

Psicología y otras terapias. Asociada y psicóloga profesional especializada (Número colegiada: M-25648) Intervención en la adaptación al diagnóstico, malestar emocional, conflictos existenciales, etc. Terapias de autodescubrimiento asistido y desarrollo del bienestar. Terapia presencial, online y telefónica. **Descuento para socios/as.** Contacto 618482909.

Terapeuta titulada y especializada a domicilio. Medicina Tradicional China: Acupuntura, Masaje Tui-Na, Electroacupuntura, Traumatología, Dietoterapia, Vendaje Neuromuscular. Terapias Holísticas, Maestra de Reiki. Contacto 640974221 o shineiterapias@gmail.com

PENSAMIENTO PARA REFLEXIONAR.

“Integridad es hacer lo correcto aunque nadie esté mirando”.

-Jim Stoval-I.

GRUPO TEAMING. MICRODONACIONES

Teaming es una iniciativa solidaria que nació en el año 1998 y que ayuda principalmente a ONGs mediante microdonaciones. Todos los que hacemos Teaming donamos 1 euro, nunca más de esta cantidad, al mes y lo destinamos a aquella causa social que elegimos.

Por ello, hemos creado nuestro propio grupo de Teaming dirigido a la captación de fondos para Fundación Retina España.

¡¡¡Te necesitamos!!!

Para colaborar tan sólo tienes que acceder a la página a través del siguiente enlace [<pincha aquí>](#) y hacer clic en el botón “¡Únete a este Grupo!”.

La web te redirigirá a una página con un formulario para que rellenes tus datos personales (nombre, apellidos, email y contraseña) y el número de tu cuenta bancaria o el de tu tarjeta de débito/crédito. Una vez completado el proceso ya serás Teamer (o seguidor) de nuestro Grupo, cuyo lema es:

"Donando al mes lo que vale un café puedes ayudarnos a ver mejor"

Asociación Retina Madrid, organización sin ánimo de lucro, orientada a conocer las causas y consecuencias de las enfermedades heredo degenerativas de la retina, y a reducir el impacto que estas tienen en las personas que las padecen. CIF G-79 044301, inscrita en el Registro de Asociaciones de la CAM con el nº 9.318 y en la Consejería de Familia y Asuntos Sociales de la CAM con el nº E.1399.5. Con la colaboración de la Consejería de Asuntos Sociales y Sanidad de la Comunidad de Madrid, así como del Ayuntamiento de Madrid