

Conéctese con la comunidad de artritis



No hay nada como tener un amigo que comprenda por lo que está atravesando y pueda ofrecer consuelo y sabiduría cuando se vive con artritis. Aquí es donde intervenimos nosotros. Con la ayuda de nuestros numerosos recursos, usted encontrará no solo información y educación que pueden cambiarle la vida, sino también esperanza e inspiración, formas de manejar mejor su artritis, una plataforma para hacer oír su voz y oportunidades para retribuir a los demás.

Grupos de conexión

Conéctese con otras personas que comprenden su recorrido y sus desafíos. Esta es una excelente manera de hacer nuevos amigos, aprender de los demás y compartir sus pensamientos y experiencias.

Los Grupos de Conexión de la Arthritis Foundation ofrecen espacios seguros para el apoyo y las conexiones sociales. Incluyen grupos de apoyo según el tipo de enfermedad, comunidad y cada etapa de su recorrido.

Los grupos de apoyo se reúnen de forma virtual o presencial, reuniendo personas de todo el país y a nivel local. Los miembros disfrutan de eventos sociales, educativos y recreativos, compartiendo apoyo y estrategias de afrontamiento. arthritis.org/connect

Educación e inspiración

Consulte nuestros seminarios web que abordan temas que le interesan. arthritis.org/webinars

Escuche podcasts inspiradores e informativos de personas que viven con artritis y expertos que pueden ayudarle a mejorar su vida. Escúchelos a través de nuestro sitio web o suscríbase dondequiera que obtenga sus podcasts. arthritis.org/podcast

Nuestros libros electrónicos cubren una variedad de temas para ayudarlo a vivir su mejor vida. arthritis.org/ebooks

Inscríbase en nuestros eventos presenciales de educación para la salud. arthritis.org/livingwell

Mantener la actividad

El movimiento es el mejor medicamento para la artritis. Conozca nuestro [programa Walk With Ease](https://arthritis.org/walk-with-ease), comprobado para reducir el dolor por artritis y mejorar la salud y el bienestar general.

La actividad física es vital para controlar el dolor de artritis. Con el [recurso YES \(Your Exercise Solution\)](https://arthritis.org/yes), obtenga ayuda para mantenerse activo y desarrollar un programa de ejercicios en casa.

Apoyo para la artritis juvenil

Las familias que viven con artritis juvenil (AJ) y otras enfermedades reumáticas infantiles pueden encontrar una comunidad aquí: arthritis.org/juvenile-arthritis

Los programas y recursos que cambian vidas incluyen la Cumbre de familias con niños con AJ, los Campamentos para niños con AJ, los Paquetes para combatir la AJ, las Becas Champions, los seminarios web, la información y las guías sobre derechos educativos, y los materiales para facilitar la transición al cuidado en la adultez.

Paquetes para combatir la AJ:

arthritis.org/japowerpack

Cumbre de familias de niños con JA:

arthritis.org/jafamilysummit

Campamentos para niños con AJ:

arthritis.org/jacamps

Grupo de conexión para la crianza de un niño con AJ:

arthritis.org/connect

Recursos sobre derechos educativos:

arthritis.org/educationalrightskit

Recursos para la transición a la edad adulta:

arthritis.org/transitions

Videos informativos sobre JA:

arthritis.org/ja-webinars

Línea de ayuda para la artritis

¿Tiene preguntas sobre su diagnóstico? ¿Necesita consejos sobre una dieta adecuada para la artritis? ¿Busca un programa de ejercicios apropiado para la

artritis? Llámenos gratis al **800-283-7800**.

arthritis.org/helpline

Defensa del acceso

Defienda sus derechos y los de otras personas que viven con artritis y otras enfermedades crónicas para obtener la cobertura de atención médica que necesitan y merecen.

Regístrese para ser un defensor, embajador o embajador junior. arthritis.org/advocate

Avances científicos

Hemos invertido cientos de millones en investigación sobre la artritis, incluyendo más de \$68 millones solo desde 2018. Estamos trabajando para encontrar mejores tratamientos, acercándonos a una cura y ayudando a más personas con artritis a acceder a atención médica mediante investigaciones innovadoras, subvenciones y becas. arthritis.org/science

Estamos acelerando la investigación sobre la artrosis, que afecta a más de 30 millones de estadounidenses. arthritis.org/osteoarthritis

Estamos abriendo nuevos caminos para ayudar a personas con artritis reumatoide y otras enfermedades reumáticas que no obtienen alivio con los tratamientos existentes. arthritis.org/ra-task-group

Estamos explorando las causas de la artritis juvenil para desarrollar tratamientos nuevos y mejores. arthritis.org/carra-registry

Estamos cubriendo vacantes en el campo de la reumatología para mejorar el acceso de los pacientes, especialmente en comunidades y zonas desatendidas. arthritis.org/workforce-development

Participe en un ensayo clínico para avanzar en la investigación sobre la artritis. arthritis.org/clinicaltrials

Oportunidades de trabajo voluntario

Considere unirse a su junta local o colaborar en una gala u otro evento. Hay muchas formas de ayudar a promover el trabajo de la comunidad de la artritis como voluntario. arthritis.org/volunteer

Forme parte de nuestro Panel de Voz del Paciente para ayudar a orientar nuestro trabajo. arthritis.org/arthritisvoices

Eventos especiales

Participe en nuestros eventos y recaudaciones de fondos locales. Los eventos nacionales, galas locales y actividades lo conectan con otras personas y respaldan nuestra misión de ayudar a todas las personas que viven con artritis.

Camine para curar la artritis: arthritis.org/wtca

Jingle Bell Run: arthritis.org/jbr

Experiencia de ciclismo de la Arthritis Foundation: arthritis.org/bikeevents

Recaudaciones de fondos locales: arthritis.org/events

Recaude fondos como usted quiera: arthritis.org/diy

Arthritis@Work

Los empleadores pueden ayudar a sus trabajadores con artritis a mejorar su salud y bienestar, lo que puede aumentar la productividad. Agregue los recursos de Arthritis@Work GRATIS a su programa de bienestar. arthritis.org/atwork

¡Manténgase en contacto!

Reciba actualizaciones para estar al tanto de consejos, investigaciones y oportunidades para marcar la diferencia en la lucha contra la artritis. Suscríbase a nuestros boletines informativos basados en tus intereses. arthritis.org/emailsignup

Conéctese con nosotros

arthritis.org

Contáctenos

arthritis.org/contacto



Facebook.com/arthritis.org



Instagram.com/arthritisfoundation



X.com/ArthritisFdn



Linkedin.com/company/arthritis-foundation