

Recursos educativos y grupos de apoyo para la epilepsia

Recursos educativos

A continuación se indican algunos sitios web recomendados y conocidos donde puede obtener más información sobre la epilepsia:

- Campañas activas Vivir con Epilepsia (<https://vivirconepilepsia.es/campanyas>)
- Cuentos infantiles sobre epilepsia (<https://vivirconepilepsia.es/epilepsia-infantil/cuentos-infantiles-sobre-epilepsia>)
- Epilepsia en acción (<https://vivirconepilepsia.es/epilepsia-en-accion>)
- Epilepsy Foundation (EURAP) (<https://eurapinternational.org/>)
- Infografías (<https://vivirconepilepsia.es/infografias#>)
- Podcast (<https://vivirconepilepsia.es/podcast>)
- Videos (<https://vivirconepilepsia.es/videos>)
- <https://ucbcares.es/pacientes/epilepsia/es>



Grupo de apoyo digital

Los grupos de apoyo digital también pueden llamarse comunidades digitales. A continuación se indican algunas comunidades digitales recomendadas, bien conocidas y con fines educativos para personas con epilepsia:



Federación española de epilepsia (FEDE)

(www.fedeepilepsia.org)

- La misión de FEDE es mejorar la calidad de vida de las personas que tienen epilepsia y sus familias a través del apoyo y fortalecimiento de las asociaciones federadas.
- Los objetivos se concretan en defender la dignidad y los derechos de las personas afectadas, apoyar a sus familias como también promover la integración escolar, laboral y social. Por otro lado se promueven actitudes sociales positivas y solidarias, como también información ante cualquier problema que les pueda surgir.²⁷



Vivir con epilepsia

(www.vivirconepilepsia.es)

- Una comunidad online sobre epilepsia dónde puedes informarte y aprender a gestionar mejor tu enfermedad.
- <https://ucbcares.es/pacientes/epilepsia/es>



Asociación nacional con epilepsia (ANPE)

(www.anpepilepsia.org)

- La existencia de esta asociación tiene varios fines. Esta ayuda en la representación y defensa de los derechos e intereses de las personas afectadas de epilepsia y en el apoyo biopsicosocial y educativo. Por otro lado, realiza una labor divulgativa y de sensibilización social y colabora con distintas organizaciones y entidades.
- Esta asociación ofrece la posibilidad de ser voluntario o colaborador. Al mismo tiempo también realiza jornadas educativas para llegar a cumplir sus objetivos.



Redes sociales

Las personas con epilepsia pueden disfrutar del hecho de formar parte de varias redes sociales. Vivir con epilepsia también está presente en Instagram, Facebook y Twitter.²⁸

VIVIR CON EPILEPSIA



Grupos de apoyo presenciales

Algunas personas con epilepsia prefieren formar parte de comunidades en línea.⁹ Para otras personas, podría ser más adecuado contar con un grupo de apoyo local presencial. La FEDE es una buena manera de encontrar grupos de apoyo que le brinden la oportunidad de conocer a otras personas con epilepsia. Podría haber diferentes tipos de grupos a los que unirse en su comunidad local²⁹:

- Grupo de apoyo para adultos
- Grupos de apoyo para adolescentes mayores

Es posible que desee unirse a grupos de apoyo locales y digitales. Debe probar diferentes grupos de apoyo para ver qué tipo de grupo es el más adecuado para usted y puede tardar algún tiempo.

