

Título del estudio: Entrega de una intervención de entrenamiento con ejercicios adaptada culturalmente para personas hispanas con esclerosis múltiple

¿Es usted un adulto que tiene esclerosis múltiple (EM)?

Le invitamos a participar en VAMOS-MS, un estudio de investigación remoto en UTHealth Houston.

✓ **¿Qué implica?**

- Participación de 8 a 9 meses en una intervención de ejercicio entregada en español y inglés
- 3 evaluaciones remotas de su movimiento y pensamiento
- Llamadas remotas por Zoom con un guía bilingüe

Todas las actividades del estudio se realizarán de forma remota

✓ **Beneficios potenciales:**

- Recibir apoyo de guía individual
- Mejorar su condición física y su calidad de vida en general
- Ayudar a avanzar la ciencia sobre el ejercicio y la EM en adultos.

✓ **Riesgos potenciales:**

- Riesgo de tirones, torceduras y dolor muscular
- Sentimientos de incomodidad o vergüenza al reportar síntomas o experiencias relacionadas con la EM, la inactividad física y el uso del idioma

✓ **Elegibilidad:**

- Tiene 18 años o más
- Puede leer y hablar español o inglés
- Ha sido diagnosticado(a) con EM y no ha tenido recaídas en los últimos 30 días
- Está dispuesto(a) a ser asignado(a) de manera aleatoria para completar un programa de ejercicio

**Si está interesado(a)
por favor, escanee el código QR:**

O contáctenos:

Teléfono: (713) 500-9490

Correo electrónico: vamosms@uth.tmc.edu

<https://clinicaltrials.gov/study/NCT07606742>



**SE LE COMPENSARÁ
POR SU TIEMPO**

