



Mucho por Vivir

Memoria de actividades

2023



AMACMEC

ASOCIACIÓN DE MUJERES AFECTADAS POR
CÁNCER DE MAMA DE ELCHE Y COMARCA



1. Presentación

Objetivo

El objetivo de nuestra Asociación es proporcionar un acompañamiento integral tanto a la mujer afectada como a su familia desde el diagnóstico y hasta la finalización de los tratamientos, buscando mejorar la calidad de vida de las personas afectadas.

Misión, visión y valores

Misión: mejorar la calidad de vida de las mujeres afectadas por cáncer de mama y sus familiares a través de una intervención multidisciplinar de calidad.

Visión: ser referente en la Provincia de Alicante por nuestra trayectoria, calidad de los servicios y profesionalidad en la intervención con mujeres afectadas por cáncer de mama y sus familiares.

Valores: solidaridad, responsabilidad, orientación al usuario, respeto, honestidad, no discriminación, igualdad, calidad y profesionalidad.

Estructura y organigrama

El máximo órgano de representación de AMACMEC es la Asamblea General, que se reunió por última vez el 18 de abril del 2023.

La Junta Directiva, órgano ejecutivo de la Asociación está formada por:

- Presidenta: Manuela Agulló Godoy
- Vicepresidenta: Consuelo Martínez Pleguezuelos
- Tesorera: Dolores Vicente Ríos
- Secretaria: Ana María Ordoñez Sánchez
- Vocales:
 - Consuelo García López
 - Eladia Moyano López
 - Raquel Cayuelas Bernal



El programa “Mucho Por Vivir” es ejecutado por el siguiente personal:

- Naziha Hamadi - Administración
- Laura Vanessa Rojas - Trabajadora Social
- María José Lucas - Psicología
- Yolanda Ferriz Puche - Psicología
- Alba García Mellado - Fisioterapia
- Silvia Torregrosa - Monitora de Yoga

AMACMEC en el mes de enero del 2024 cuenta con aproximadamente 720 socias y alrededor 105 colaboradores fijos al año, que aún sin ser personas afectadas pagan una cuota anual para colaborar con los proyectos de la Asociación.

2. Áreas de actuación, servicios y proyectos

Para poder conseguir nuestras metas, nuestros esfuerzos se concentran en 4 áreas temáticas, que definen la estructura departamental del programa “Mucho Por Vivir”:

1. Prevención, difusión e investigación
2. Adaptación a la enfermedad
3. Reinserción social
4. Terapéuticas, de ocio y convivencia

Los servicios profesionales se realizaron durante todo el año, exceptuando los periodos vacacionales de los profesionales, las actividades y talleres siguieron el calendario escolar.

1. Área de prevención, investigación y difusión

Se engloban todas aquellas actividades que están dirigidas a la concienciación de la sociedad en general para la prevención y el conocimiento de la enfermedad y sus síntomas.



Actividades de difusión y prevención

- **Día Internacional contra el cáncer de mama**

En el año 2023 la programación de las actividades planificadas para la celebración del Día Internacional contra el cáncer de mama se llevó a cabo según su planificación:

- **19 de octubre:** Lectura de Manifiesto contra el cáncer de mama en Plaza del Ayuntamiento de Elche y mesas informativas en Hospital General Universitario de Elche y el Hospital Universitario del Vinalopó.
- **21 de octubre:** Mesas informativas repartidas en puntos clave de la ciudad de Elche, en CC L'Aljub y CC Carrefour.
- **22 de octubre:** Tai-Chi y mesas informativas en la Plaza Eucarística (Basílica de Santa María).

Lo recaudado durante estas fechas en las mesas informativas es donado a la investigación de la lucha contra el Cáncer de Mama.

- **XIX Marcha/Carrera contra el cáncer de mama de AMACMEC**

En esta edición de nuestra tradicional carrera, conseguimos la participación de 15.000 personas de las cuales 1.150 fueron corredores. Hubo 3 modalidades de participación, marcha 5K, carrera 10K y carrera infantil 1K. Contamos también con diferentes actividades lúdicas como hinchables, pintacaras o Zumba, todo esto gracias a la colaboración y el trabajo en red con nuestros patrocinadores y colaboradores.



AMACMEC

ASOCIACIÓN DE MUJERES AFECTADAS POR
CÁNCER DE MAMA DE ELCHE Y COMARCA

- **XXV Jornada AMACMEC**

El viernes 22 de septiembre del 2023 tuvo lugar nuestra jornada gracias a la colaboración del Centro de Congresos de Elche, que como cada año nos cede el uso de sus instalaciones para poder realizar la actividad. En esta ocasión la temática fue “La investigación en el cáncer de mama”, coincidiendo con el 25 aniversario de nuestra Asociación. Esta actividad tuvo una gran acogida alcanzando la asistencia de 200 personas.

- **Gala 25 aniversario AMACMEC**

Se celebró el domingo 11 de junio gracias a la colaboración del Gran Teatro de Elche, quien nos cedió el uso de sus instalaciones. Actuaron grandes artistas y acudieron personas colaboradoras, que fueron premiadas por el apoyo ofrecido a nuestra Asociación.



2. Área de adaptación a la enfermedad

Se encuadran las intervenciones profesionales que se prestan a las mujeres en fase de diagnóstico, hospitalización, tratamientos y/o recaídas, es decir, cuando la enfermedad está activa.

Dentro de esta área podemos encontrar diferentes intervenciones profesionales:

- **Atención psicológica individualizada**

La atención psicológica se ofrece en tres modalidades: telefónica, online o presencial y se puede iniciar desde el mismo momento del diagnóstico, se ofrece tanto a la persona afectada como a sus familiares.

Número de personas atendidas



AMACMEC

ASOCIACIÓN DE MUJERES AFECTADAS POR
CÁNCER DE MAMA DE ELCHE Y COMARCA

277	
Atenciones individuales	901
Grupos de apoyo a los tratamientos	Quimioterapia 4 grupos y 27 sesiones
	Metástasis 9 sesiones
Otras actividades grupales	Enriquecimiento Personal 31 sesiones
	Taller de Memoria 12 sesiones
Número participantes actividades grupales	
57	
Formación al voluntariado	6 sesiones
Comités de Mama	Hospital General Universitario de Elche 42 sesiones presenciales
	Hospital Universitario del Vinalopó 44 sesiones online
Otras actividades	Charla Newton College
	Baño terapéutico con Otáridos, Fundación Río Safari

- **Voluntariado “Las Madrinass”**

Nuestro voluntariado trata de acompañar a las mujeres recién diagnosticadas de cáncer de mama desde la experiencia vital al estar formado por 12 mujeres supervivientes de cáncer de mama y que durante su voluntariado como madrinass se encuentran libres de enfermedad.

Durante el año 2023 fueron atendidas 70 mujeres por las Madrinass.



AMACMEC

ASOCIACIÓN DE MUJERES AFECTADAS POR
CÁNCER DE MAMA DE ELCHE Y COMARCA

- **Servicio Fisioterapia**

Nuestro equipo de fisioterapia se encarga de ofrecer un servicio integral de prevención de discapacidades a través de la fisioterapia y el consejo profesional. Su objetivo es realizar un acompañamiento integral en coordinación con el Sistema Sanitario desde el diagnóstico, para lograr la adaptación a la enfermedad, previniendo y tratando trastornos físicos y consiguiendo una buena adherencia a los tratamientos.

2023													
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Total
Linfedema leve	23	9	19	11	13	11	14	10	4	3	11	7	135
Linfedema medio	57	43	64	49	34	19	7	9	8	12	20	9	331
Linfedema agudo	23	25	31	17	44	61	52	41	57	53	56	39	499
Prótesis encapsuladas	4	1	4	2	2	5	8	5	4	3	5	4	47
Cicatrices adheridas	50	50	61	41	49	27	35	25	30	38	44	50	500
Espalda	16	7	12	6	17	14	21	12	2	6	13	11	137
Cuello y hombro	25	16	28	18	40	41	33	24	33	34	40	14	346
Miembros inferiores	10	2	4	2	0	1	3	3	2	3	3	2	38
Traumatismos	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Total	208	153	223	146	199	179	173	129	138	152	192	105	2030
Total citas	2030												
Personas atendidas	250												

3. Área de reinserción social

Son aquellas acciones de carácter individual o grupal que se emprenden después de finalizar los tratamientos que les hayan sido pautados, y que tienen por finalidad que la mujer afectada por cáncer de mama tome conciencia de

haber superado la enfermedad identificando y articulando los recursos personales, sociales y comunitarios de los que se disponga.

- **Servicio de Trabajo Social**

Se encuadran aquí las intervenciones de atención social a las mujeres que presentan dificultades sociolaborales por las secuelas y consecuencias del cáncer de mama y sus tratamientos. Haciendo uso de las herramientas específicas de la profesión y a través del establecimiento de la relación de ayuda se busca Informar, Orientar, Asesorar y Acompañar a la mujer en las necesidades sociales, económicas y laborales surgidas. Las intervenciones se llevan a cabo de manera presencial y telemática.

Total intervenciones	
221	
Número de personas atendidas	
166	
Información, Orientación y Asesoramiento	
55	
Discapacidad/Dependencia	9
Incapacidad Permanente/Temporal	10
Pensiones y cotización	9
Recursos económicos (IMV/RVI/otras ayudas)	27
Gestión de recursos	
81	
Discapacidad/Dependencia	17
Incapacidad Permanente/Temporal	16
Pensiones y cotización	3
Recursos económicos	45
Otros	
Coordinación con otros recursos	16



AMACMEC

ASOCIACIÓN DE MUJERES AFECTADAS POR
CÁNCER DE MAMA DE ELCHE Y COMARCA

Orientaciones laborales	17
Derivaciones equipo jurídico	7
Primeras acogidas	
45	
Actividades grupales	Taller de empleo 13 sesiones, 5 participantes

4. Área de ocio y convivencia

Se trata de intervenciones que tienen como objetivo fomentar los lazos de ayuda natural de las mujeres (familia o grupo de iguales) a través de actuaciones lúdicas y/o terapéuticas enfocadas en la promoción de hábitos de vida saludables.

○ Talleres de los martes

Se tratan de actividades que se realizan los martes en la sede de la Asociación a partir de las 17.30 h. Aunque esporádicamente se realizan actividades fuera de la sede de la Asociación.

El tema de las actividades es muy variado e inciden sobre diferentes conocimientos relacionados con la enfermedad o con el ocio donde las participantes se relacionan con otras mujeres con su misma enfermedad y comparten momentos de entretenimiento.

Las actividades llevadas a cabo durante el 2023 han sido las siguientes:

10/01 – Taller de pulseras de Macramé

17/01 - Salud ginecológica y cuidado de la piel íntima

24/01 - Marcha Nórdica

31/01 – Suelo Pélvico

07/02 – Rueda de socias

14/02 – Ho Oponopono



AMACMEC

ASOCIACIÓN DE MUJERES AFECTADAS POR
CÁNCER DE MAMA DE ELCHE Y COMARCA

- 21/02 – Carnaval
- 28/02 – Estética facial, cuidado de uñas y manos
- 07/03 – Taller por el día de la Mujer
- 14/03 – Ejercicios básicos de mantenimiento
- 21/03 – Taller de Palma
- 28/03 – Taller de Palma
- 18/04 – Asamblea General
- 25/04 – Sexualidad en la mujer
- 02/05 – Charla oncológica
- 09/05 – Cuidados de la piel al Sol
- 16/05 – Estética facial, cuidado de uñas y manos
- 23/05 – Panel de sueños
- 30/05 – Taller cocina saludable
- 06/06 – Rueda de socias
- 13/06 – Activa tu poder sanador
- 20/06 – Merienda despedida actividades
- 19/09 – Obra “Sobre la vejez y la vida”
- 26/09 – La ortopedia
- 03/10 – El voluntariado
- 10/10 – La reconstrucción tras el cáncer de mama
- 17/10 – Primeros auxilios
- 24/10 – Cuidados de pies y manos
- 31/10 – Fiesta Halloween



AMACMEC

ASOCIACIÓN DE MUJERES AFECTADAS POR
CÁNCER DE MAMA DE ELCHE Y COMARCA

07/11 – Charla Radioterapia

14/11 – La Nutrición y el cáncer de mama

21/11 – Panel de los sueños

28/11 – La hidratación de la piel

12/12 – Centros Navideños

19/12 – Fiesta Navidad

- **Aquagym**

Esta actividad se lleva a cabo gracias a la colaboración del Ayuntamiento de Elche quienes ceden el acceso gratuito al turno libre y plazas en sesiones de Aquagym en las piscinas del Pla y Carrús. Se ofrecieron un total de 9 turnos distintos de los que disfrutaron 52 mujeres a lo largo del año.

- **Taller de Yoga**

Debido a la gran demanda, hay tres grupos de yoga: dos por la mañana y uno por la tarde. El primer grupo se realiza en horario de martes y jueves de 10:00h a 11:15h, con un total de 15 alumnas. El segundo, martes y jueves de 11:15h a 12:30h, con un total de 15 alumnas. Y, por último, el grupo de tarde se realizaba los lunes y jueves en horario de 19:00h a 20:00h, con un total de 15 alumnas.

En total se calcula que el número de mujeres que participaron en este taller en el 2023 fueron 45.

- **Taller de Pilates**

Es una actividad llevada a cabo por una de nuestras fisioterapeutas, se lleva a cabo las mañanas de los lunes y los miércoles de 9:30 a 10:30 horas. En el último trimestre del 2023, tras la amplia demanda se empezó a ofrecer también en horario de tarde, de lunes y miércoles de 17:30 a 18:30 horas.

En el 2023 participaron 30 mujeres en este taller.

- **Taller de baile**

Esta actividad se retomó el último trimestre del 2023 en sesiones semanales de 1 hora los jueves de 17 a 18 horas. Participaron 10 mujeres.

Convenios de colaboración

- Convenio de colaboración con el **Hospital General Universitario de Elche** y el **Hospital Universitario del Vinalopó** que se encuentra enmarcado con el que tenemos con la **Conselleria de Sanidad Universal y Salud Pública** que tiene como objeto la actuación de un profesional de la psicología para ofrecer ayuda psicológica a las mujeres afectadas por cáncer de mama.
- Convenio de colaboración con **Tempe** en el servicio de fisioterapia en el que se realiza el proyecto de prevención e intervención del linfedema y otras patologías asociadas a la mastectomía. Además, también colabora con la Carrera. Actualmente nos encontramos en conversaciones para ampliar la colaboración en la inserción laboral de mujeres afectadas por cáncer de mama.
- Convenio de colaboración con **Fundación Juan Perán-Pikolinos** colaborando en el proyecto de atención psicológica individualizada para poder cubrir los costes derivados de dicho proyecto.
- Convenio de colaboración con **Musgrave SAU** a través de las siguientes acciones:
 - Semana informativa del Cáncer de Mama en los supermercados Dialprix de Elche, pedanías y Crevillente. Además, 2 huchas por supermercado para recoger los donativos.
 - Donación de 2000€ para el funcionamiento de la Asociación o XV Carrera (publicidad y regalos para los ganadores).



AMACMEC

ASOCIACIÓN DE MUJERES AFECTADAS POR
CÁNCER DE MAMA DE ELCHE Y COMARCA

- Convenio de colaboración con la **Universidad CEU** a través del cual se ofrece formación continuada a nuestro equipo de fisioterapia, así como nuestra Asociación como Centro de prácticas.
- Convenio de colaboración con la **Universidad Miguel Hernández** a través del cual acogemos a dos estudiantes de prácticas del grado de Psicología.
- Convenio de colaboración con **Fundación Conciénciate** que implica la colaboración con voluntarios en los eventos de nuestra Asociación.
- Convenio de colaboración con la **Fundación Río Safari**, a través del cual de ofrecer terapia asistida con otáridos para nuestras socias.
- Convenio de colaboración con **Orona**, los cuales nos dan una aportación económica para el mantenimiento de las actividades de nuestro proyecto y realizan el mantenimiento gratuito de una silla elevadora, instalada por ellos, para la accesibilidad de nuestras socias.
- Bufete de abogados **Cumlex**, especialistas en Derecho Sanitario, entre otros, a través del cual se ofrece asesoramiento gratuito para los profesionales de nuestra Asociación y descuentos para socias.

El **Ayuntamiento de Elche** colabora con las siguientes acciones:

- Cesión de las instalaciones de nuestra sede principal ubicada en la C/ Olegario Domarco Seller, 93 Entlo.
- Acceso gratuito a piscinas municipales para el turno libre y las clases de Aquagym para nuestras socias.
- Colaboración económica y material para la organización de la Carrera anual contra el cáncer de mama.

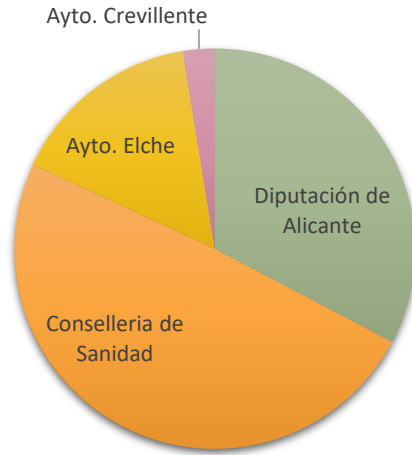
Información económica



AMACMEC

ASOCIACIÓN DE MUJERES AFECTADAS POR
CÁNCER DE MAMA DE ELCHE Y COMARCA

Subvenciones públicas



■ Diputación de Alicante ■ Conselleria de Sanidad ■ Ayto. Elche ■ Ayto. Crevillente ■

Subvenciones privadas



■ Fundación Juan Perán-Pikolinos ■ Aitex ■ Tempe ■