

2023



# MEMORIA ÁMATE

"MIENTRAS EXISTA UNA SOLA PERSONA CON  
CÁNCER DE MAMA, NO PARAREMOS"

922 22 05 64 - [WWW.AMATE-TENERIFE.COM](http://WWW.AMATE-TENERIFE.COM)

# ÍNDICE

|                                    |            |
|------------------------------------|------------|
| <b>Introducción</b>                | <b>3</b>   |
| <b>Área Social: Trabajo Social</b> | <b>5</b>   |
| <b>Área de Psicología</b>          | <b>36</b>  |
| <b>Área de Fisioterapia</b>        | <b>59</b>  |
| <b>Área de Actividad Deportiva</b> | <b>78</b>  |
| <b>Área de Nutrición</b>           | <b>91</b>  |
| <b>Área de Estética Oncológica</b> | <b>101</b> |
| <b>Área de Eventos</b>             | <b>120</b> |



## INTRODUCCIÓN

ÁMATE nace en marzo de 2006, cuando un grupo de mujeres afectadas por cáncer de mama, después de buscar ese “camino” necesario durante el proceso o algún tipo de ayuda, fueron incapaces de encontrar lo que necesitaban en ese momento de dificultad e incertidumbre y deciden formar la asociación y, así, conseguir alcanzar lo que sabían que necesitaban en sus vidas. Ya dos años antes, estuvieron trabajando y ayudando a las mujeres que se acercaban a ellas, pero bajo otras siglas.

Al principio, desde Ámate se atendía a las personas que venían a buscar ayuda y, más tarde, se comenzó a realizar las visitas a las pacientes en los hospitales. Con el tiempo, la asociación ha ido creciendo y mejorando para irse adaptando y cubriendo las necesidades de las pacientes con servicios que abarcan: fisioterapeutas, psicólogos, trabajadores sociales, entrenadores deportivos, etc.

La fortaleza de Ámate es que se trata de una asociación compuesta por mujeres que han pasado por esta patología, que cuando una persona es diagnosticada y va a buscar ayuda, se encuentra con alguien que va a entender muy bien de lo que está hablando y cuáles son sus necesidades. Además, no solo se centra en tratar a mujeres que padecen o han padecido la enfermedad, sino que también en la asociación, todos y cada uno de los profesionales, están capacitados para atender las necesidades físicas y psicológicas que también se pueden ver en hombres, dado que en la actualidad, y como muy bien sabemos, el cáncer no distingue entre sexos y el 10% de los casos de cáncer de mama son hombres, así que la asociación y sus componentes están más que preparados para atender las necesidades de hombres y mujeres.

En Ámate se lucha por la igualdad, para que cualquier persona afectada reciba el tratamiento y ayudas necesarias, sea cual sea el municipio donde resida.

***“Mientras exista una persona con cáncer, no pararemos”***

# TRABAJO SOCIAL

---





## 1. Introducción

El equipo de trabajo social es la puerta de entrada a la entidad. En primer lugar, son las personas encargadas de ofrecer un servicio de información, valoración y orientación (en adelante, SIVO) donde se informa a los/as pacientes, por un lado, sobre los servicios y programas de Ámate y, por otro, se ofrece información y orientación sobre las administraciones públicas, locales, insulares, autonómicas y estatales.

Desde el área social, además se informa a los/as pacientes sobre recursos y ayudas económicas y/o prestaciones externas a las que podrían acceder y beneficiarse según cada situación.

Asimismo, los/as trabajadores/as sociales colaboran en la gestión de tramitar solicitudes como el grado de discapacidad, la incapacidad permanente, la dependencia, la solicitud de material ortoprotésico y las ayudas económicas.

Otras de las funciones que se lleva a cabo desde el área social son las derivaciones y coordinación con diferentes recursos, seguimientos y acompañamientos de los/as pacientes.

Además, el equipo de trabajo social coordina dos programas:

- El Programa de Educa-Salud, en el cual se realizan charlas y talleres con el objetivo de sensibilizar y concienciar a la población acerca del cáncer de mama y hábitos de vida saludable.
- El Programa de Voluntariado, donde se imparten cursos de formación básica al voluntariado y se ofrece apoyo en la gestión de las diferentes acciones de voluntariado que se llevan a cabo desde la entidad.

En cuanto a la coordinación de recursos, el área social es el interlocutor de Ámate en lo que respecta a las administraciones públicas y privadas. Así como las personas de referencia para la implementación, justificación y evaluación de todos los programas y



proyectos sociales para la consecución de subvenciones. Por último, hay que destacar que desde el área social se presentan todos los proyectos con los que consiguen el 83% de los ingresos económicos de la entidad.

A continuación, se detallan las actuaciones llevadas a cabo durante el año, que abarcan desde el 1 de enero 2023 hasta el 31 de diciembre de 2023.

#### A. INFORMACIÓN, VALORACIÓN Y ORIENTACIÓN (en adelante, IVO):

Se informa a todas las personas que acuden a Ámate sobre las prestaciones y/o servicios existentes, tanto en la asociación como en las administraciones públicas. Tras realizar la entrevista inicial (primer contacto), se valora la situación de la persona y /o unidad familiar, con la finalidad de proponer la prestación o servicio más adecuado a su situación actual. Por otro lado, se orienta a la persona, si procede, a las administraciones públicas al objeto tramitar las prestaciones y/o servicios pertinentes.

#### B. TRAMITACIONES. Se han tramitado las siguientes prestaciones y/o servicios:

a) EVO (Equipo de Valoración y Orientación). El motivo de la derivación es valorar el grado de discapacidad de las personas atendidas, con la finalidad de ejercer los posibles derechos que tienen las personas con discapacidad (33% o superior).

b) Prestaciones Económicas de Asistencia Social (en adelante, PEAS). La finalidad de la tramitación de las PEAS ha sido mejorar la calidad de vida de las personas que acuden a los servicios sociales de su ayuntamiento. Hay que indicar que la función del área social de la asociación es informar y recopilar la documentación necesaria para la presentación en el ayuntamiento correspondiente.



c) Subsidios por desempleo. La función del equipo de trabajo social es recopilar la documentación para la posterior presentación en la oficina de empleo. Desde Ámate se generan los certificados de prestaciones para posterior ayuda en la administración pública.

d) Ayudas de transporte. Desde Ámate, se han facilitado bonos de transporte para el uso de guagua y tranvía a todas aquellas personas de escasos recursos. El/la trabajador/a social se encarga de verificar que los ingresos con los que cuenta la persona se encuentran por debajo del mínimo para poder ser beneficiario de dicha prestación. Añadir, que desde que se aprobó el abono transporte gratuito para residentes, se les hace entrega de los bonos de transporte a aquellas personas de escasos recursos que no cumplan los requisitos para la tarjeta de transporte gratuita.

e) Ayudas de material ortoprotésico. Son ayudas destinadas a todas aquellas personas que han pasado por un cáncer de mama, que requieren de una prótesis externa de mama y un soporte de mama, ya que en la cirugía le han realizado una mastectomía, o que requieren de una manga compresiva para el tratamiento del linfedema.

A continuación, se presenta la tabla donde se especifican los municipios que congregan cada sede de atención.

**Tabla 1.**

*Sedes en las que se ha prestado el servicio de trabajo social.*

| <b>SEDES DE ATENCIÓN</b>          | <b>MUNICIPIOS COMPRENDIDOS</b>                     |
|-----------------------------------|--|
| <b>Santa Cruz de Tenerife</b>     | S/C de Tenerife, Candelaria, Arafo, Güímar, Fasnía |
| <b>San Cristóbal de La Laguna</b> | San Cristóbal de La Laguna, El Rosario, Tegueste   |
| <b>La Matanza de Acentejo</b>     | La Matanza, Tacoronte, El Sauzal, La Victoria      |
| <b>Santa Úrsula</b>               | Santa Úrsula, La Victoria                          |



|                            |  |
|----------------------------|--|
| <b>La Orotava</b>          | La Orotava, Los Realejos                                       |
| <b>Puerto de la Cruz</b>   | Puerto de la Cruz, Los Realejos                                |
| <b>La Guancha</b>          | La Guancha, San Juan de la Rambla                              |
| <b>Icod de los Vinos</b>   | Icod de los Vinos, San Juan de la Rambla, Garachico, El Tanque |
| <b>Los Silos</b>           | Los Silos, El Tanque, Garachico, Buenavista del Norte          |
| <b>Guía de Isora</b>       | Guía de Isora, Santiago del Teide, Adeje                       |
| <b>Arona</b>               | Arona, Adeje, Vilaflor   |
| <b>San Miguel de Abona</b> | San Miguel de Abona, Vilaflor, Granadilla, Arico               |
| <b>La Gomera</b>           | La Gomera (toda la isla)                                       |
| <b>La Palma</b>            | La Palma (toda la isla)  |
| <b>El Hierro</b>           | El Hierro (toda la isla)                                       |

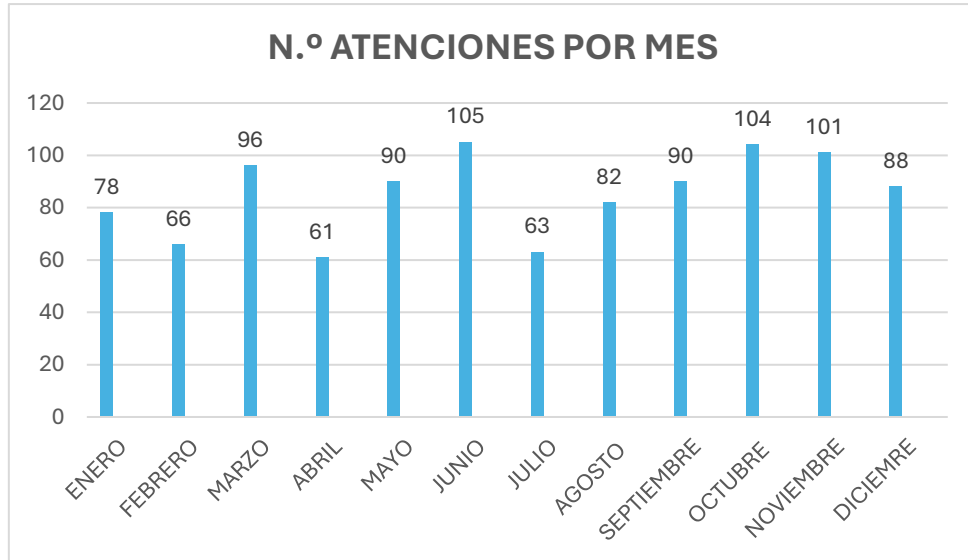
*Tabla 1. Sedes en las que se ha prestado el servicio de trabajo social.*

### **1. Datos cuantitativos 2023**

El total de atenciones individuales a pacientes realizadas por el área de trabajo social desde el 1 de enero de 2023 hasta el 31 de diciembre de 2023 es de **1.024 atenciones**, repartidas por todos los municipios de la isla de Tenerife, así como la Palma, La Gomera y El Hierro. Destacar que, desde el área de trabajo social, se han atendido 399 personas más respecto al año anterior.



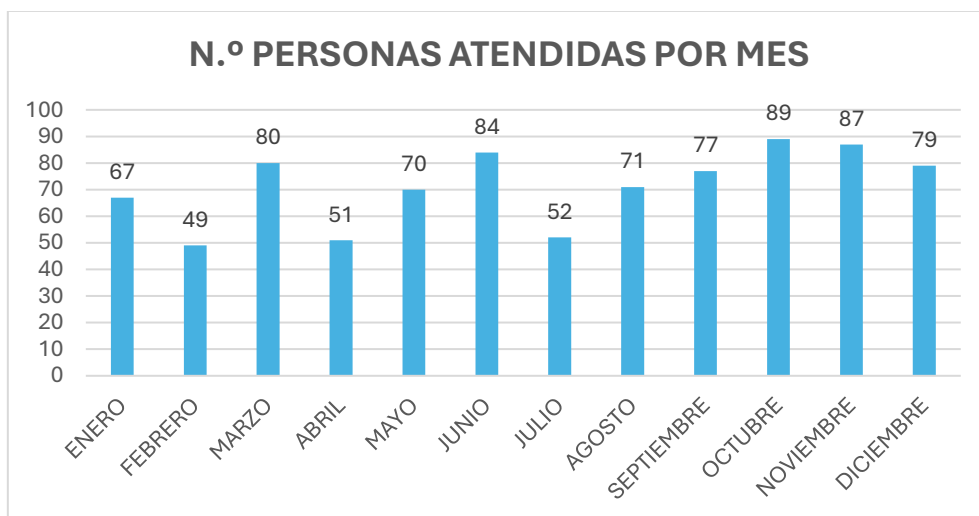
**Atenciones individuales por meses:**



*Gráfica 1. Número de atenciones individuales mensuales en 2023*

Como se puede observar en la gráfica 1, el mes donde más atenciones individuales a pacientes se han llevado a cabo es durante el mes de junio, siendo muy similar al mes de octubre, y siguiéndole muy de cerca las atenciones realizadas en los meses de noviembre y marzo.

**Personas atendidas por meses:**



*Gráfica 2. Número de personas atendidas mensualmente en 2023*

En la gráfica 2, se reflejan el número de personas que han acudido al servicio a recibir atención individual durante los diferentes meses del año. El mes dónde han acudido más personas ha sido octubre, siguiéndole muy de cerca los meses de noviembre y junio. Se trata de personas acuden al servicio por primera vez, así como pacientes de continuidad.

### **Pacientes nuevos/as durante el año:**

**Tabla 2.**

*Número de pacientes nuevos/as por municipio de empadronamiento en 2023*

| <b>MUNICIPIO</b>           | <b>N.º DE PERSONAS EN EL SERVICIO</b> |
|----------------------------|---------------------------------------|
| Santa Cruz de Tenerife     | 79                                    |
| San Cristóbal de La Laguna | 61                                    |
| Tacoronte                  | 5                                     |
| La Matanza de Acentejo     | 4                                     |
| La Victoria de Acentejo    | 2                                     |
| Santa Úrsula               | 5                                     |
| La Orotava                 | 8                                     |
| Puerto de la Cruz          | 11                                    |
| Los Realejos               | 5                                     |
| La Guancha                 | 2                                     |
| Icod de los Vinos          | 12                                    |
| Garachico                  | 1                                     |
| El Tanque                  | 2                                     |
| Santiago del Teide         | 1                                     |
| Guía de Isora              | 7                                     |
| Adeje                      | 5                                     |
| Arona                      | 16                                    |
| San Miguel de Abona        | 3                                     |

|                     |            |
|---------------------|------------|
| Granadilla de Abona | 7          |
| Fasnia              | 2          |
| Güímar              | 3          |
| Arafo               | 1          |
| Candelaria          | 5          |
| El Rosario          | 5          |
| La Palma            | 17         |
| La Gomera           | 1          |
| El Hierro           | 5          |
| Otras localidades   | 1          |
| <b>TOTAL</b>        | <b>276</b> |

Tal y como se observa en la tabla 2, el total de personas nuevas que han acudido a la entidad durante el 2023 diagnosticadas de cáncer de mama u otra tipología es de **276 personas**, desglosadas entre los diferentes municipios de la isla de Tenerife, así como de municipios de las islas de La Palma, La Gomera y El Hierro.

El municipio que encabeza la tabla en cuanto al total de personas nuevas es Santa Cruz De Tenerife con un total de 79 personas, siendo La Laguna el municipio que le sigue con 61 personas y La Palma con 17 personas.

#### **Atenciones por municipios durante el año:**

**Tabla 3.**

*Número de atenciones totales por municipio de empadronamiento en 2023*

| <b>MUNICIPIO</b>           | <b>N.º DE ATENCIONES</b> |
|----------------------------|--------------------------|
| Santa Cruz de Tenerife     | 334                      |
| San Cristóbal de La Laguna | 209                      |
| Tegueste                   | 4                        |
| Tacoronte                  | 24                       |
| El Sauzal                  | 1                        |

|                         |    |
|-------------------------|----|
| La Matanza de Acentejo  | 25 |
| La Victoria de Acentejo | 9  |
| Santa Úrsula            | 40 |
| La Orotava              | 28 |
| Puerto de la Cruz       | 59 |
| Los Realejos            | 9  |
| La Guancha              | 4  |
| Icod de los Vinos       | 29 |
| Garachico               | 4  |
| El Tanque               | 3  |
| San Juan de la Rambla   | 3  |
| Santiago del Teide      | 3  |
| Buenavista del Norte    | 7  |
| Vilaflor                | 3  |
| Guía de Isora           | 18 |
| Adeje                   | 18 |
| Arona                   | 64 |
| San Miguel de Abona     | 16 |
| Granadilla de Abona     | 16 |
| Fasnia                  | 2  |
| Güímar                  | 10 |
| Arafo                   | 2  |
| Candelaria              | 29 |
| El Rosario              | 8  |
| La Palma                | 28 |
| La Gomera               | 1  |
| El Hierro               | 11 |
| Otras localidades       | 3  |



|              |             |
|--------------|-------------|
| <b>TOTAL</b> | <b>1024</b> |
|--------------|-------------|

Tal y como se observa en la tabla 3, el total de atenciones que se han realizado durante el 2023 es de **1.024 atenciones**, desglosadas entre los diferentes municipios de la isla de Tenerife, así como de municipios de las islas de La Palma, La Gomera y El Hierro y otras localidades (a nivel nacional e internacional).

El municipio que encabeza la tabla en cuanto al número de atenciones es Santa Cruz De Tenerife con un total de **334 atenciones**, siendo La Laguna el municipio que le sigue con **209 atenciones** y Arona con **64 atenciones**.

## 2. Datos de interés de pacientes

A continuación, se muestran datos específicos de pacientes que han acudido al servicio de Trabajo Social durante el año 2023.

- ❖ Se ha atendido un total de 415 personas, 412 mujeres y 3 hombres.
- ❖ Respecto a la edad de las mujeres que acuden al servicio, el 25 % tiene entre 41- 50 años. La franja donde mayor incidencia de pacientes hay es en la que oscila entre 51-60 años, con un 30%.
- ❖ El 54,2% de los/as pacientes que han acudido a la entidad cuenta con los recursos económicos suficientes, frente al 22,4 %, que tienen escasez de recursos.
- ❖ En cuanto al momento en el que se encuentran laboralmente, el 9,6% de las personas que acuden a Ámate se encontraban trabajando, acudiendo por tanto recién diagnosticadas. El 29,4% se encontraba con una incapacidad temporal, el 23,3% en situación de desempleo, el 3,8% con algún tipo de incapacidad permanente y el 12,8% jubilada/o.



- ❖ Desde el área de trabajo social, se han tramitado 16 solicitudes de reconocimiento inicial del grado de discapacidad. Además, se realiza un seguimiento del estado de la solicitud de los/as pacientes, así como reclamaciones cuando no están conforme con la resolución obtenida o cuando no han recibido respuesta pasado el tiempo mínimo estipulado (6 meses) y no las han citado para valoración.
- ❖ Cuando los/as pacientes acuden al servicio, se les pregunta por las redes de apoyo: el 3,37 % cuentan con amigos, el 68 % cuenta con apoyo familiar, el 2,17 % otro tipo de apoyos y el 26,5 % no cuenta con ninguno de los anteriores.
- ❖ Finalmente, un 21% de los/as pacientes que acuden a Ámate o se ponen en contacto por primera vez, lo hacen por la información obtenida por carteles informativos o personal médico en los diferentes hospitales de la isla y centros sanitarios de la provincia de Tenerife. Por otro lado, acude un 5,5% de personas debido a la difusión de la propia asociación, tanto en las charlas impartidas en el Programa de Educa-Salud, como en redes sociales o el mismo personal de Ámate. También se obtiene un 44,8% de pacientes que conocen la asociación por medio de conocidos/as y, por último, un 11,6% que la ha conocido de otras maneras.

### **Tramitaciones de material ortoprotésico**

Durante el año 2023, desde el área de trabajo social, se han tramitado 75 solicitudes de material ortoprotésico a pacientes con cáncer de mama. Dichas ayudas se desglosan de la siguiente manera:

- ❖ Prótesis externa de mama: se han tramitado 53 prótesis externas de mama.
- ❖ Soportes de mama: se han tramitado 63 soportes de mama.
- ❖ Mangas: se han tramitado 8 mangas compresivas para linfedema.



## **Bonos de transporte**

Durante el año 2023, se han entregado **3 bonos** de transporte a pacientes para el traslado a la entidad para recibir las atenciones, así como a las citas médicas que dispongan en centros de salud y en los hospitales de la isla.

Este año se ha reducido el número de entregados a 3 bonos, debido a la incorporación de la tarjeta de transporte gratuito. Ya que muy pocas usuarias carecían de los requisitos necesarios.

Por otro lado, como se ha comentado con anterioridad, desde el área de trabajo social se coordinan los Programas de Educa-Salud de la entidad y de Voluntariado.

## **PROGRAMA EDUCA-SALUD**

El programa Educa-Salud está orientado principalmente a la prevención primaria, es decir, se trata de un conjunto de acciones encaminadas a modificar los hábitos de vida poco saludables de la población hacia otros más adecuados, además de hacer hincapié en la detección precoz del cáncer de mama.

Por tanto, con este programa se busca la sensibilización de la población en general respecto al cáncer de mama, además de mejorar la calidad de vida de los/as pacientes y sus familiares.

Los **objetivos generales** son:

1. Sensibilizar e informar a la población de la importancia de la detección precoz, ayudando esto al diagnóstico temprano de la enfermedad y, por tanto, una mejor evolución y pronóstico de la enfermedad.
2. Promover hábitos de vida saludables.
3. Concienciar de la importancia del apoyo social y familiar en todos los procesos de la enfermedad.



4. Difundir la labor de la asociación a las demás islas, incluidos los objetivos generales 1 y 3.

Para la implementación del programa Educa-Salud, se realizan las siguientes acciones/actividades:

### 1. Charlas de detección precoz y hábitos de vida saludables

La finalidad de las charlas es informar sobre el cáncer a la población. Se trabajan las falsas creencias respecto a la enfermedad, además de dar a conocer los factores de riesgo, concienciar sobre la importancia de las revisiones médicas periódicas y la autoexploración para la detección precoz y dar a conocer la asociación y los diferentes recursos de los que dispone.

Además de las charlas, se imparten *Talleres de hábitos de vida saludables*, adaptando el contenido de estos, dependiendo de las edades de las personas asistentes. Por un lado, se llevan a cabo en colegios de educación infantil y primaria, actividades en las que se concientia a los más pequeños sobre la importancia de llevar a cabo hábitos de vida saludables: alimentación, deporte e higiene. Mientras que para la población más adulta se realizan Talleres de autoexploración mamaria, factores de riesgo del cáncer de mama y mitos y miedos sobre la enfermedad.

### 2. Datos cuantitativos 2023

A continuación, se presenta un cuadro donde figuran las charlas de “Detección precoz del cáncer de mama y hábitos de vida saludables”, que desde el programa Educa-Salud se han impartido a lo largo del año 2023 en la provincia de Santa Cruz de Tenerife:

**Tabla 4**

*Número de charlas durante el año 2023*

| FECHA      | MUNICIPIO  | LUGAR/ CENTRO | N-º<br>CHARLAS | N.º ASISTENTES |
|------------|------------|---------------|----------------|----------------|
| 04/01/2023 | SANTA CRUZ | ÁMATE         | 1              | 4              |



|                   |                      |                                      |   |     |
|-------------------|----------------------|--------------------------------------|---|-----|
| <b>19/01/2023</b> | ARONA                | IES ICHASAGUA                        | 5 | 114 |
| <b>25/01/2023</b> | SANTA CRUZ           | ASOC. ALABENTE                       | 1 | 5   |
| <b>31/01/2023</b> | LA LAGUNA            | FEMETE                               | 2 | 33  |
| <b>31/01/2023</b> | SANTA CRUZ           | MENSAJEROS DE LA PAZ                 | 1 | 27  |
| <b>07/02/2023</b> | PUERTO DE LA CRUZ    | CENTRO DE SALUD CASCO BOTÁNICO       | 2 | 20  |
| <b>10/02/2023</b> | LOS LLANOS, LA PALMA | MENSAJEROS DE LA PAZ                 | 1 | 13  |
| <b>14/02/2023</b> | EL SAUZAL            | IES SABINO BERTHELOT                 | 3 | 69  |
| <b>17/02/2023</b> | LA LAGUNA            | ASOC. ACTÚA                          | 2 | 16  |
| <b>16/03/2023</b> | SANTA CRUZ           | IES ANDRÉS BELLO                     | 6 | 209 |
| <b>17/03/2023</b> | SANTA CRUZ           | UNIDAD DOCENTE DE MATRONAS DEL HUNSC | 1 | 12  |
| <b>20/03/2023</b> | SAN MIGUEL DE ABONA  | CEO SAN MIGUEL                       | 3 | 69  |
| <b>27/03/2023</b> | LA LAGUNA            | CENTRO CIUDADANO VISTAMAR            | 1 | 4   |
| <b>30/03/2023</b> | SANTA CRUZ           | COLEGIO DE ENFERMEROS DE SANTA CRUZ  | 1 | 10  |

|                   |                   |   |   |    |
|-------------------|-------------------|---|---|----|
| <b>31/03/2023</b> | SANTA CRUZ        | CEIP 25 GESTA DE JULIO                  | 4 | 60 |
| <b>31/03/2023</b> | SANTA CRUZ        | CEIP LOS MENCEYES                       | 3 | 45 |
| <b>31/03/2023</b> | PUERTO DE LA CRUZ | AYUNTAMIENTO DEL PUERTO DE LA CRUZ      | 1 | 25 |
| <b>04/04/2023</b> | ARONA             | ASOC. ÁGORA DE LOS CRISTIANOS           | 1 | 7  |
| <b>10/04/2023</b> | ARONA             | CENTRO DE DIVERSIDAD FUNCIONAL EL MOJÓN | 1 | 16 |
| <b>11/04/2023</b> | LA VICTORIA       | ASOC. DE INTEGRACIÓN SOCIAL             | 2 | 17 |
| <b>12/04/2023</b> | SANTA CRUZ        | IES EL SOBRADILLO                       | 1 | 39 |
| <b>12/04/2023</b> | LA LAGUNA         | CENTRO CIUDADANO LA SALUD ALTO-EL ROCÍO | 1 | 2  |
| <b>12/04/2023</b> | ICOD DE LOS VINOS | ASOC. APREME                            | 1 | 16 |
| <b>13/04/2023</b> | LA LAGUNA         | COORDICANARIAS                          | 1 | 9  |
| <b>19/04/2023</b> | SANTA CRUZ        | ASOC. HORIZONTE                         | 1 | 20 |

|                   |                                     |                                      |   |            |
|-------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|---|------------|
| <b>20/04/2023</b> | LA LAGUNA                           | IES DR. ANTONIO<br>GLEZ GLEZ         | 2 | 41         |
| <b>21/04/2023</b> | GRANADILLA<br>DE ABONA              | ASOC.<br>PROMINSUR                   | 1 | 23         |
| <b>26/04/2023</b> | SAN<br>SEBASTIÁN<br>DE LA<br>GOMERA | CRUZ ROJA                            | 1 | 10         |
| <b>26/04/2023</b> | SAN<br>SEBASTIÁN<br>DE LA<br>GOMERA | IES SAN<br>SEBASTIÁN DE LA<br>GOMERA | 3 | 151        |
| <b>26/04/2023</b> | SAN<br>SEBASTIÁN<br>DE LA<br>GOMERA | HOSPITAL<br>GENERAL DE LA<br>GOMERA  | 1 | 15         |
| <b>27/04/2023</b> | SANTA CRUZ<br>DE LA<br>PALMA        | CRUZ ROJA                            | 1 | Se canceló |
| <b>27/04/2023</b> | BREÑA<br>ALTA, LA<br>PALMA          | ASOC. MUJERES<br>TIGADAURA           | 1 | 12         |
| <b>04/05/2023</b> | SAN MIGUEL<br>ABONA                 | CENTRO DE<br>MAYORES                 | 1 | 20         |
| <b>05/05/2023</b> | LA VICTORIA                         | ASOC. ACTÚA                          | 1 | 2          |
| <b>08/05/2023</b> | TACORONTE                           | ASOC. ACTÚA                          | 1 | 11         |
| <b>12/05/2023</b> | SANTA CRUZ                          | FUNDACIÓN<br>ONCE INSERTA            | 1 | 9          |

|                   |                        |                                      |   |            |
|-------------------|------------------------|--------------------------------------|---|------------|
| <b>13/05/2023</b> | LA LAGUNA              | COLEGIO LUTHER<br>KING               | 4 | 80         |
| <b>15/05/2023</b> | LA<br>MATANZA          | ONG BALANCED<br>WORLD                | 1 | 9          |
| <b>16/05/2023</b> | LA<br>OROTAVA          | IES MANUEL<br>GONZÁLEZ PÉREZ         | 6 | 86         |
| <b>19/05/2023</b> | GRANADILLA<br>DE ABONA | IV FERIA DE<br>SALUD DE EL<br>MEDANO | 5 | 50         |
| <b>20/05/2023</b> | SAN MIGUEL<br>DE ABONA | COLEGIO LUTHER<br>KING               | 4 | 60         |
| <b>26/05/2023</b> | SAN MIGUEL<br>DE ABONA | SIAM SAN<br>MIGUEL                   | 1 | 11         |
| <b>27/05/2023</b> | ARAFO                  | COLEGIO LUTHER<br>KING               | 4 | 80         |
| <b>08/06/2023</b> | SANTA<br>CRUZ          | CENTRO DE<br>FORMACIÓN<br>(CEPSC)    | 1 | 17         |
| <b>12/06/2023</b> | SANTA CRUZ             | MUNA                                 | 2 | Se canceló |
| <b>19/06/2023</b> | SANTA<br>ÚRSULA        | IES SANTA<br>ÚRSULA                  | 8 | 95         |
| <b>20/06/2023</b> | LA<br>OROTAVA          | CEO MANUEL<br>FALLA                  | 2 | 44         |
| <b>13/07/2023</b> | CANDELARIA             | PFAE<br>CANDELARIA                   | 1 | 12         |
| <b>20/09/2023</b> | EL HIERRO              | AYUNTAMIENTO<br>DEL PINAR            | 1 | 12         |

|                   |                       |                                       |   |                           |
|-------------------|-----------------------|---------------------------------------|---|---------------------------|
| <b>29/09/2023</b> | LA OROTAVA            | ASOCIACIÓN RAYUELA                    | 1 | 14                        |
| <b>10/10/2023</b> | SANTA CRUZ            | AHETE                                 | 1 | 4                         |
| <b>13/10/2023</b> | SANTA CRUZ            | AHETE                                 | 1 | Se envió la charla online |
| <b>16/10/2023</b> | EL ROSARIO            | CEO LEONCIO RODRÍGUEZ                 | 4 | 94                        |
| <b>18/10/2023</b> | SANTA CRUZ            | CRUZ ROJA OFRA                        | 1 | 19                        |
| <b>20/10/2023</b> | SANTA CRUZ            | IES ANDRÉS BELLO                      | 3 | 61                        |
| <b>23/10/2023</b> | FASNIA                | CEO GUAJARA DE FASNIA                 | 4 | 90                        |
| <b>24/10/2023</b> | LA LAGUNA             | CIFP SAN BENITO                       | 2 | 133                       |
| <b>25/10/2023</b> | LA LAGUNA             | APEDECA                               | 1 | 15                        |
| <b>26/10/2023</b> | SAN JUAN DE LA RAMBLA | AYUNTAMIENTO DE SAN JUAN DE LA RAMBLA | 1 | 15                        |
| <b>08/11/2023</b> | GUÍA DE ISORA         | IES MANUEL MARTÍN GONZÁLEZ            | 4 | 74                        |
| <b>10/11/2023</b> | SANTA CRUZ            | ASOCIACIÓN ACTÚA                      | 1 | 11                        |
| <b>15/11/2023</b> | SANTA CRUZ            | COLEGIO ABAD SERRADOR                 | 1 | 15                        |
| <b>15/11/2023</b> | SANTA CRUZ            | ÁMATE                                 | 1 | 5                         |
| <b>17/11/2023</b> | SANTA CRUZ            | MENSAJEROS DE LA PAZ                  | 1 | 14                        |

|                   |                                     |                                      |            |              |
|-------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|------------|--------------|
| <b>23/11/2023</b> | SANTA CRUZ                          | COLEGIO ABAD<br>SERRADOR             | 1          | 29           |
| <b>30/11/2023</b> | SANTA CRUZ<br>DE LA<br>PALMA        | CIFP LAS NIEVES                      | 2          | 80           |
| <b>30/11/2023</b> | SANTA CRUZ<br>DE LA<br>PALMA        | IES ALONSO<br>PÉREZ DÍAZ             | 1          | 54           |
| <b>12/12/2023</b> | EL HIERRO                           | AYUNTAMIENTO<br>DE FRONTERA          | 1          | 6            |
| <b>12/12/2023</b> | EL HIERRO                           | IES GAROÉ                            | 3          | 51           |
| <b>13/12/2023</b> | EL HIERRO                           | IES ROQUE DE<br>SALMOR               | 2          | 79           |
| <b>14/12/2023</b> | ICOD DE LOS<br>VINOS                | IES NICOLÁS<br>ESTÉVEZ BORGES        | 4          | 260          |
| <b>18/12/2023</b> | SANTIAGO<br>DEL TEIDE               | IES SERAFÍN<br>PARDO                 | 3          | 36           |
| <b>19/12/2023</b> | ARONA                               | IES ICHASAGUA                        | 4          | 120          |
| <b>20/12/2023</b> | SAN<br>SEBASTIÁN<br>DE LA<br>GOMERA | IES SAN<br>SEBASTIÁN DE LA<br>GOMERA | 3          | 65           |
| <b>20/12/2023</b> | LA LAGUNA                           | IES VIERA Y<br>CLAVIJO               | 1          | 109          |
| <b>20/12/2023</b> | LA LAGUNA                           | IES VIERA Y<br>CLAVIJO               | 1          | 37           |
| <b>TOTAL</b>      |                                     |                                      | <b>154</b> | <b>3.201</b> |



Como se observa en la tabla anterior, durante el año 2023 se planificaron un total de **154 charlas** en la isla de Tenerife, La Gomera, La Palma y El Hierro, tanto en centros educativos, empresas, y otras entidades. Se han alcanzado un total de **3.201 asistentes**. A los/as participantes de las charlas se les pasó un cuestionario antes de impartir la charla para evaluar sus conocimientos previos sobre el cáncer de mama, y un cuestionario posterior para comprobar que los contenidos más importantes fueron asimilados de manera adecuada.

Hay que destacar que algunos de los/as asistentes de las charlas impartidas no responden el cuestionario o no se pasa el mismo por diversos motivos: por protección de datos, barrera idiomática; bajo nivel educativo de los/as participantes, escaso tiempo para dar el contenido completo de la presentación, entre otros.

Por tanto, el total de personas que responden los cuestionarios de valoración es de **2.615 participantes**.

Hay que añadir que, se han tenido que cancelar 3 charlas de las previstas entre las que se encuentra una charla dirigida a usuarios/as de un programa de Cruz Roja en la isla de La Palma por falta de asistencia. Y dos charlas en el MUNA, por motivos externos a la entidad.

A continuación, se muestra una tabla que recoge el número total de charlas impartidas en los municipios de la isla de Tenerife y en las islas de La Gomera, La Palma y El Hierro durante el año 2023:

**Tabla 5**

*Número de charlas impartidas en los municipios de Tenerife y en la isla de La Gomera, La Palma y El Hierro.*

| MUNICIPIO  | Nº CHARLAS |
|------------|------------|
| SANTA CRUZ | 36         |
| LA LAGUNA  | 18         |
| ARONA      | 11         |

|                       |            |
|-----------------------|------------|
| PUERTO DE LA CRUZ     | 3          |
| SAN MIGUEL DE ABONA   | 9          |
| EL SAUZAL             | 3          |
| LA VICTORIA           | 3          |
| ICOD DE LOS VINOS     | 5          |
| GRANADILLA DE ABONA   | 6          |
| EL ROSARIO            | 4          |
| CANDELARIA            | 1          |
| TACORONTE             | 1          |
| LA MATANZA            | 1          |
| ARAFO                 | 4          |
| SANTA ÚRSULA          | 8          |
| LA OROTAVA            | 9          |
| SANTIAGO DEL TEIDE    | 3          |
| SAN JUAN DE LA RAMBLA | 1          |
| GUÍA DE ISORA         | 4          |
| FASNIA                | 4          |
| LA GOMERA             | 8          |
| LA PALMA              | 6          |
| EL HIERRO             | 7          |
| <b>TOTAL</b>          | <b>154</b> |

Como se observa en la tabla anterior, durante el año 2023 se planificaron un total de **154** charlas en la isla de Tenerife repartidas entre 20 municipios y en las islas de La Gomera, La Palma y La Gomera, tanto en centros educativos, empresas, y otras entidades.

### 3. Resultados y conclusiones

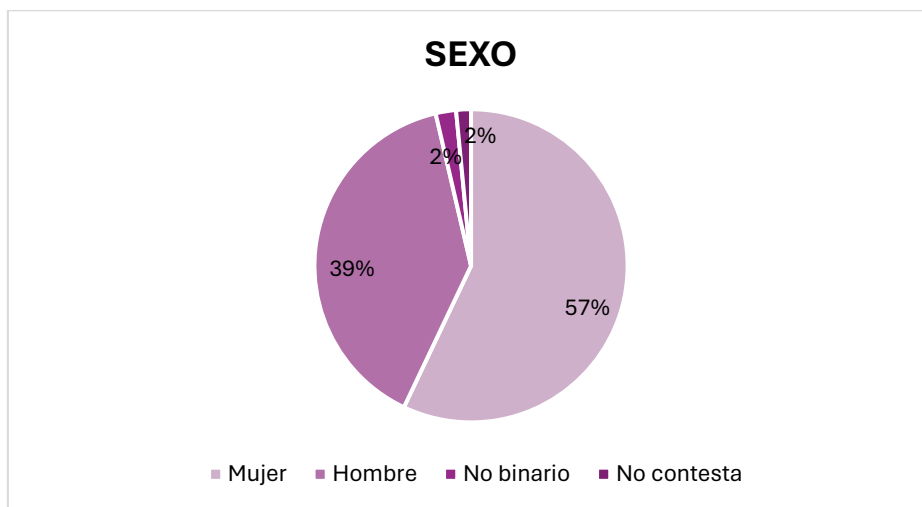
Durante el año 2023, se llevaron a cabo un total de 154 charlas en las que



contamos con un total de 3.201 asistentes.

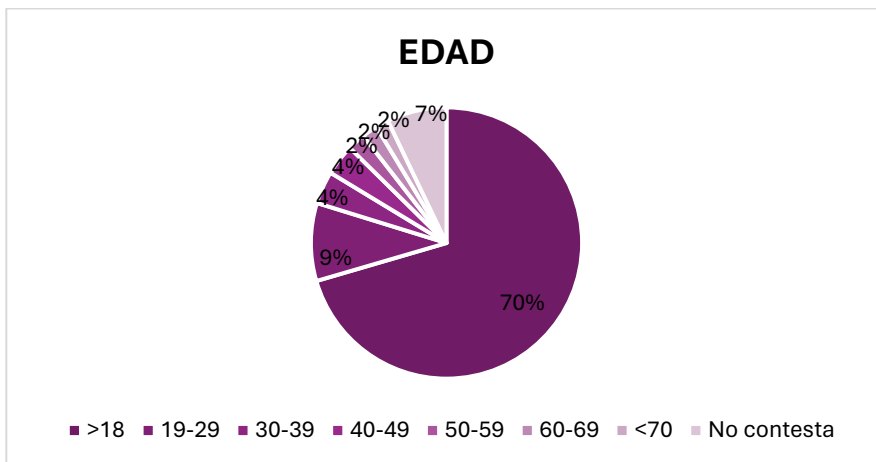
A continuación, se presentan las gráficas de los datos obtenidos a través de los cuestionarios de valoración entregados a los participantes en cada una de las charlas, una vez finalizadas.

Dichos datos se extraen de una muestra de **2.615 personas**:



*Gráfica 3: Sexo de los/as participantes de las charlas del programa Educa-salud.*

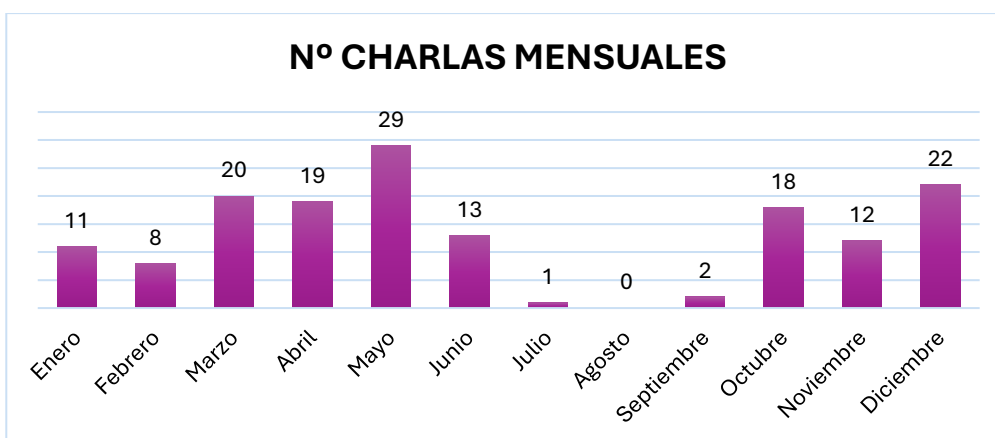
Como se observa en la gráfica, existe diferencia entre el número de mujeres y de hombres que acudieron a las charlas. Más de la mitad de las personas que acuden a las charlas son mujeres, siendo **1492** frente a **1028** hombres, con un menor porcentaje se encontrarían **55** personas no binarias. Hay que añadir que **40** personas no respondieron esta pregunta en el cuestionario.



Gráfica 4: Edad de los participantes a las charlas del programa Educa-salud.

La segunda gráfica muestra que la edad de la población a la que más hemos llegado es inferior a los 18 años, siendo un 70% de los/as participantes, esto se debe al alto número de charlas en los centros educativos. Le sigue la franja de edad de 18-29 años con un 9%.

Se ha fomentado la detección precoz del cáncer de mama en edades tempranas, ya que cada vez son más los casos de personas que, con edad inferior a los 50 años sufren la enfermedad.



Gráfica 5: Número de charlas mensuales.



En la gráfica 5 se recoge el número de charlas impartidas durante el año 2023 organizadas por meses. El mayor número de sesiones han sido los meses de mayo con 29 charlas, seguido de diciembre con 22 charlas, marzo 20 charlas, abril con 19 charlas y octubre con 18 charlas.

Desde el programa se ha intentado impartir al menos 5 charlas mensuales, que, aunque en algunos meses no se logra, se compensa con las charlas impartidas en otros meses del año. a inicio de año si se logró, pero vemos un parón coincidiendo con los meses de verano. Los meses de abril y mayo son de gran actividad, remontándose en octubre coincidiendo con el día mundial de la lucha contra el cáncer de mama, donde se muestra mucho interés y se demanda esta actividad.

#### 4. Datos cualitativos 2023

La siguiente información tiene como finalidad dar a conocer los conocimientos previos que tienen los/as beneficiarios/as de la charla (PRE-TEST), así como después de la charla de los participantes (POST-TEST). Para obtener dicha información, a todos/as los/as beneficiarios/as se le entregó al inicio de la charla un pre - cuestionario para ver los conocimientos que tenía sobre el cáncer en general, y el cáncer de mama en particular. No se comentaron las respuestas correctas, ya que al finalizar la charla se les entregaba una nueva prueba para conocer los conocimientos adquiridos.

Las preguntas planteadas fueron las siguientes:

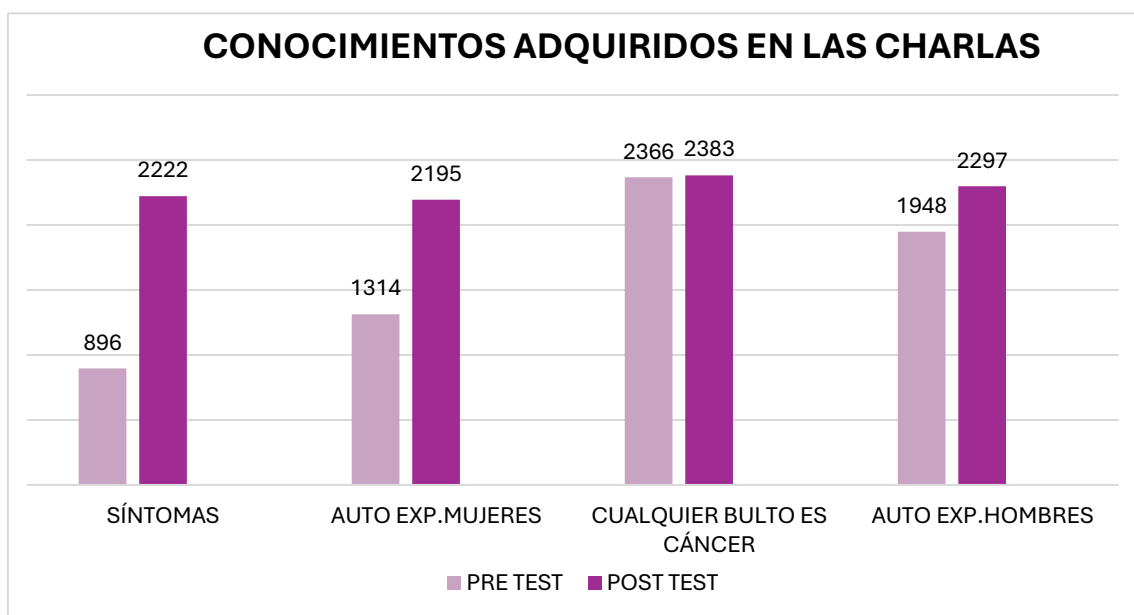
**Tabla 6.**

*Preguntas planteadas en las charlas de Educasalud.*

| N.º. | PREGUNTA                                  |
|------|---|
| 1    | ¿Cuántos síntomas del cáncer de mama hay? |

|   |  |
|---|--|
| 2 | Comenta 3 hábitos de vida saludables que nos ayude en nuestra calidad de vida.               |
| 3 | En el caso de una mujer con menstruación, cuando es recomendable hacerse la autoexploración. |
| 4 | ¿Cualquier bulto en la mama es cáncer?   |
| 5 | ¿Deben los hombres hacerse autoexploración mamaria?  |

Las respuestas a las preguntas planteadas fueron las siguientes:

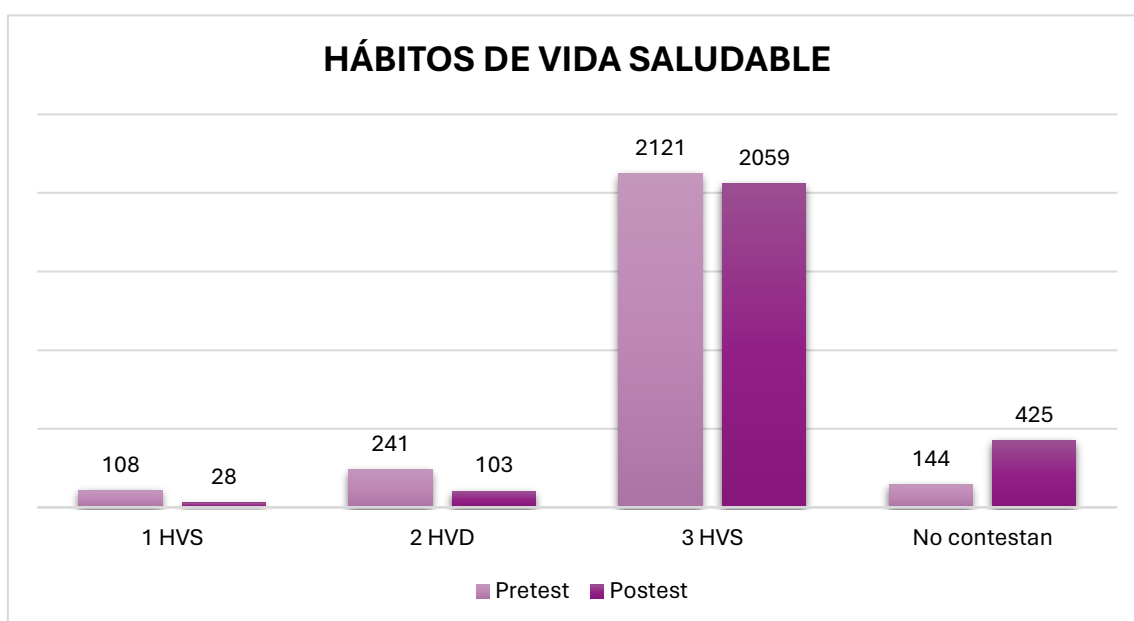


*Gráfica 6: Conocimiento básico sobre el cáncer de mama (PRE-Test y POST-Test).*

En la gráfica se recoge el número de personas que contestaron correctamente a cada una de las preguntas sobre cáncer de mama que se les realizaron tanto antes de comenzar la charla (PRE-Test), como al finalizar la misma (POST-Test), para poder comparar la información que conocían antes y después de la misma.

Como se puede observar, los ítems en los que mayor desconocimiento existe por parte de la población, es en el número de síntomas que existen del cáncer de mama; así como en el periodo en la que deben las mujeres con menstruación realizarse la autoexploración mamaria, una vez finalizada la charla se puede apreciar cómo ha aumentado el número de aciertos en ambas preguntas. Hay que comentar que la mayoría de los/as asistentes una vez finalizada la charla son capaces de identificar que son 12 signos en total que pueden alertar de la presencia de un cáncer de mama.

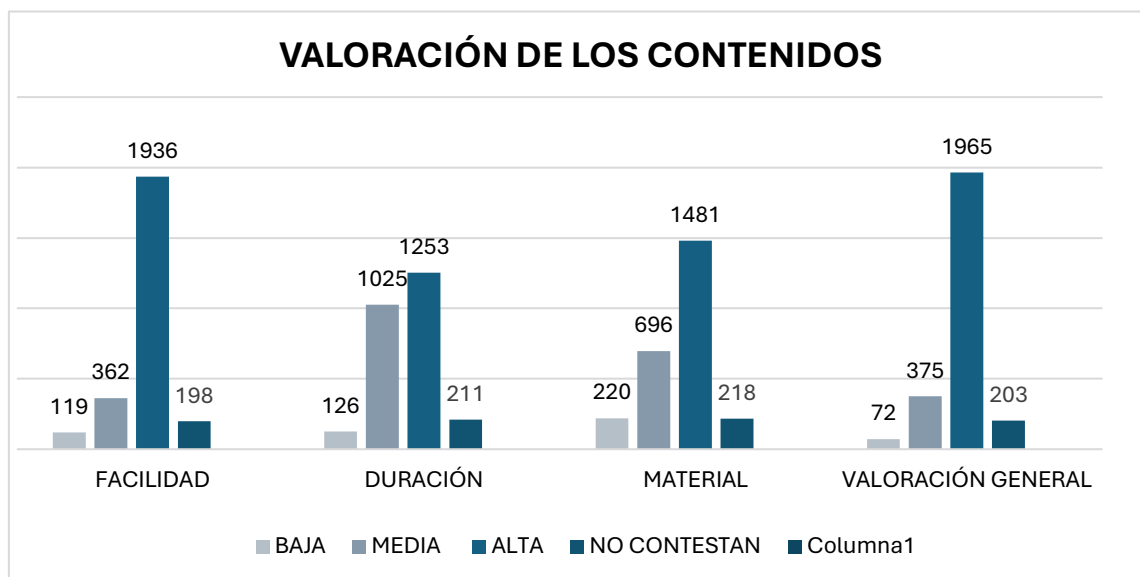
Tras la charla, se puede contemplar como el número de aciertos que obtuvieron fueron muy elevados en todos los ítems. Pero, hay que destacar los ítems del número de síntomas, el momento de realizarse una mujer con menstruación la autoexploración mamaria y la autoexploración en hombres, ya que el número de respuestas correctas tras recibir la charla aumenta notoriamente.



*Gráfica 7: Pregunta sobre hábitos de vida saludable.*

En esta gráfica se aprecian las respuestas a la pregunta sobre comentar tres hábitos de vida saludable. Se puede observar que la mayoría de los/as participantes son capaces de identificar al menos tres hábitos de vida saludables que mejoren la calidad de vida, antes de recibir la charla, y este dato disminuye un poco al finalizar la misma. Esto

se debe a que 425 personas no han contestado esta pregunta, probablemente porque era cualitativa.



*Gráfica 8: Valoración de los contenidos de las charlas.*

Por último, la valoración general de los contenidos de la charla se hace a través de cuatro ítems: la facilidad del contenido expuesto, duración de la dinámica y charla impartida, el material utilizado y, por último, la valoración general.

Como se puede observar, para la mayoría de los/as participantes, han indicado que les resulta fácil de entender los contenidos de la charla, les parece acertada la duración de esta y consideran que el material es adecuado. Hay que destacar que 1.965 personas han dado una valoración alta a la charla.

Hay que añadir que, algunos datos e información de la presentación se han modificado para transmitir un mensaje lo más actualizado posible.

### **PROGRAMA DE VOLUNTARIADO**

El cáncer de mama tiene, sobre las personas afectadas, consecuencias físicas y psicológicas con las que se debe trabajar y, como Asociación sin ánimo de lucro, uno de los pilares fundamentales de esta entidad es el Voluntariado.



Ámate necesita de personas interesadas en colaborar con la entidad para seguir trabajando para alcanzar los objetivos principales: la sensibilización sobre la enfermedad de cáncer de mama, la importancia de la detección precoz de la enfermedad y la mejora de la calidad de vida de pacientes y familiares.

Algunas de las formas con las que se puede participar como personas voluntarias son: participación en puntos informativos en eventos propios de Ámate y externos, apoyo logístico en eventos propios de Ámate, impartición de las charlas de detección precoz y hábitos de vida saludables, acompañamiento a consultas médicas o extrahospitalario a pacientes, participación en talleres de crochet o de las almohadas de corazón, seguimiento de huchas y, para pacientes que han superado la enfermedad, aportar su testimonio en las charlas de detección precoz y realizar visitas hospitalarias.

Se ha promocionado dentro del voluntariado actividades formativas, para facilitar la labor de la forma más beneficiosa tanto para las personas usuarias como para sí mismas y para la entidad. Esta formación ha consistido en:

- ❖ Formación básica: necesaria para desarrollar la labor del voluntariado. Esta formación incluye el conocimiento sobre nociones básicas sobre el cáncer de mama, información sobre proyectos y programas de la asociación, el voluntariado y la legislación.
- ❖ Formación específica: formación en visitas y acompañamiento hospitalario, únicamente para las personas que hayan pasado la enfermedad y que participen en la acción de voluntariado del Programa Mujer a Mujer.

Durante el año 2023, dentro del programa de voluntariado se han llevado a cabo las siguientes acciones:

- ❖ Modificación y actualización del material formativo para la formación básica del voluntariado en Ámate.

- ❖ Reconocimiento a las personas voluntarias: felicitación por el día internacional del voluntariado (5 de diciembre), felicitaciones por los cumpleaños, difusión de formaciones y ofertas de empleo, etc.
- ❖ Actualización de base de datos. Se ha incluido en el documento el apartado de las acciones y horas realizadas durante el año 2023 de cada persona voluntaria.
- ❖ Participación del voluntariado activo en las diferentes acciones llevadas a cabo:
  - Puntos de información para la cuestación del año 2023.
  - Apoyo logístico en los eventos organizados por la entidad.
  - Participación en puntos de información en los diferentes eventos del año, tanto propios de Ámate como externos.
  - Realización de visitas hospitalarias a pacientes con cáncer de mama.
  - Participación en el taller de crochet.
  - Participación en el taller de almohadas de corazón.
- ❖ Elaboración de 3 certificados de horas de voluntariado.
- ❖ Gestión de nuevas incorporaciones: 78 personas, de las cuales 68 son mujeres y 10 son hombres. En total existen 501 personas en alta.
- ❖ Gestión de bajas: En total hay 50 persona de baja por ya no tener disponibilidad para participar.
- ❖ Por último, durante todo el año 2023, se ha realizado una formación básica a un total de 92 personas, 78 son nuevas incorporaciones y 14 son antiguas voluntarias que querían reciclarse.

**Tabla 7.**

*Formaciones básicas impartidas en y total de participantes en 2023.*

| FECHA      | MUNICIPIO              | Nº ASISTENTES |
|------------|------------------------|---------------|
| 23/03/2023 | SANTA CRUZ DE TENERIFE | 5             |
| 30/03/2023 | SANTA CRUZ DE TENERIFE | 6             |
| 03/04/2023 | SANTA CRUZ DE TENERIFE | 7             |
| 18/04/2023 | SANTA CRUZ DE TENERIFE | 1             |
| 19/04/2023 | SANTA CRUZ DE TENERIFE | 2             |



|                            |                        |           |
|----------------------------|------------------------|-----------|
| 20/04/2023                 | SANTA CRUZ DE TENERIFE | 3         |
| 24/04/2023                 | SANTA CRUZ DE TENERIFE | 2         |
| 27/04/2023                 | SANTA CRUZ DE TENERIFE | 1         |
| 25/05/2023                 | SANTA CRUZ DE TENERIFE | 4         |
| 25/05/2023                 | SANTA CRUZ DE TENERIFE | 3         |
| 26/05/2023                 | SANTA CRUZ DE TENERIFE | 5         |
| 05/06/2023                 | SANTA CRUZ DE TENERIFE | 5         |
| 26/06/2023                 | SANTA CRUZ DE TENERIFE | 3         |
| 27/06/2023                 | SANTA CRUZ DE TENERIFE | 7         |
| 18/07/2023                 | SANTA CRUZ DE TENERIFE | 3         |
| 05/09/2023                 | SANTA CRUZ DE TENERIFE | 7         |
| 07/09/2023                 | SANTA CRUZ DE TENERIFE | 4         |
| 18/09/2023                 | SANTA CRUZ DE TENERIFE | 4         |
| 19/09/2023                 | SANTA CRUZ DE TENERIFE | 7         |
| 03/10/2023                 | SANTA CRUZ DE TENERIFE | 4         |
| 04/10/2023                 | SANTA CRUZ DE TENERIFE | 4         |
| 13/11/2023                 | SANTA CRUZ DE TENERIFE | 2         |
| 20/12/2023                 | SANTA CRUZ DE TENERIFE | 3         |
| <b>TOTAL PARTICIPANTES</b> |                        | <b>92</b> |
| <b>TOTAL FORMACIONES</b>   |                        | <b>23</b> |

### **CAMPAÑA DE MARCADORES DE LIBROS SOLIDARIOS 2023**

Nuevamente, este año se desarrolla la V Campaña de Marcadores de Libros Solidarios. La finalidad de dicha campaña es tanto recaudar fondos que nos permitan seguir financiando las pelucas, pañuelos, prótesis mamarias, sujetadores post quirúrgicos que donamos a las personas afectadas de cáncer de mama, que no cuentan con suficientes ingresos económicos para asumir dichos gastos; así como, visibilizar la labor que lleva a cabo Ámate. Además, nos ayudan a seguir desarrollando los servicios



gratuitos de: Psicooncología, Fisioterapia Oncológica, Trabajo Social, Actividad Física, Nutrición y Estética Oncológica.

Para ello, los/as alumnos/as les hacen llegar un marcador de libros realizado por ellos/as mismos/as a sus padres y madres. El donativo destinado a cada marcador será de un 1 euro, que se depositará en una hucha que estará en cada clase cedida por Ámate.

Los centros educativos con los que se ha contactado para esta campaña de 2023 son los siguientes:

1. CEIP San Fernando
2. CEIP Matías Llabrés Verd
3. CEIP Princesa de Tejina
4. CEIP Los Menceyes
5. CEIP La Luz
6. CEIP Samoga
7. CEIP Tijoco Bajo
8. IES Santa Ana
9. IES Villalba Hervás

El total recaudado con la V Campaña de Marcadores de Libros Solidarios 2023 es **de 373,64€**, ya que sólo se han recogido los donativos de los cuatro primeros centros mencionados con anterioridad, ya que el resto de los centros ha manifestado que hagamos la recogida en el mes de enero de 2024.

# PSICOLOGÍA

---





## 1. Introducción

Dentro del **área de psicología** de la Asociación de Cáncer de Mama de Tenerife (ÁMATE), en el año 2023 se realizaron **atenciones psicológicas individuales** a pacientes y a sus familiares directos, así como atenciones grupales, de pareja y talleres. Se entiende por “*atenciones psicológicas individuales*” todas aquellas atenciones a las/os pacientes con una frecuencia semanal al inicio del tratamiento y, posteriormente, a medida que sus síntomas mejoraron, quincenales y por último mensuales y seguimiento telefónico hasta dar el alta. La duración de las sesiones individuales fue de entre 70 y 90 minutos, dependiendo del objetivo de cada sesión y del criterio de las profesionales. Se realizaron, asimismo, atenciones en pareja y de familia.

El alta coincidía, en la mayoría de los casos, con la finalización de los tratamientos médicos y la reincorporación de las pacientes a su vida diaria, es decir, a la normalización de la persona tras superar la enfermedad. Hay pacientes que requirieron solo algunas consultas individuales por demandas específicas; pero usualmente, al tratarse de un proceso oncológico duradero en el tiempo, el tratamiento psicológico puede extenderse desde algunos meses, hasta entre uno y tres años. Es decir, se hace un acompañamiento en todas las fases de la enfermedad, si la paciente lo demanda, hasta llegar a la normalización o hasta el fallecimiento de la paciente en caso de que la enfermedad sea incurable.

En el caso de los familiares y dependiendo de los síntomas que presentaron, fueron atendidos a demanda durante el proceso oncológico de la persona afectada, también en sesiones individuales y grupales.

Para ello, desde enero a diciembre de 2023 se ha prestado el servicio de psicología en la Asociación contando con tres profesionales, que se han desplazado para atender e impartir talleres a las personas en las distintas sedes de la Asociación tanto en las zonas norte y sur de la isla de Tenerife, como en el área metropolitana (en la sede administrativa de Santa Cruz de Tenerife y en la sede de San Cristóbal de La Laguna),



además de en las islas de La Palma, La Gomera y el Hierro. Algunas personas que no pudieron trasladarse fueron atendidas domiciliaria o telemáticamente.

Como se comentó al inicio, también se han realizado **talleres grupales** tanto para las pacientes como para sus familiares en las diferentes sedes, para dotarlos de estrategias ante el afrontamiento de esta enfermedad. Se ha combinado así el tratamiento individual con el tratamiento grupal, puesto que se ha observado que esta metodología de trabajo hace que los/as pacientes obtengan resultados más rápidos y duraderos en el tiempo.

Otras labores realizadas dentro del área de Psicología durante el año 2023 han consistido en la realización de **informes** a las pacientes para la valoración o revisión de un grado de discapacidad o incapacidad; **reuniones** de coordinación semanales dentro del área para la revisión del trabajo; **atenciones** a domicilio para las personas que no pueden desplazarse; **colaboración** con otras áreas de la Asociación; **elaboración** de talleres; y **tutorización** de alumnado en prácticas de psicología de las Universidad a Distancia de Madrid y la Universidad Europea de Canarias.

Adjuntamos cuadro de sedes de atención y los municipios que comprenden.  
Ejemplo:

| <b>Sedes de atención</b>          | <b>Municipios comprendidos</b>                            |
|-----------------------------------|---|
| <b>Santa Cruz de Tenerife</b>     | Santa Cruz de Tenerife, Candelaria, Arafo, Güïmar, Fasnia |
| <b>San Cristóbal de La Laguna</b> | San Cristóbal de La Laguna, Tegueste, El Rosario          |
| <b>Guía de Isora</b>              | Guía de Isora, Adeje                                      |
| <b>Arona</b>                      | Arona   |



|                               |  |
|-------------------------------|--|
| <b>Icod de los Vinos</b>      | Icod de los Vinos, San Juan de la Rambla, El Tanque  |
| <b>Los Silos</b>              | Los Silos, Buenavista del Norte, Garachico   |
| <b>La Matanza de Acentejo</b> | La Matanza, Tacoronte, La Victoria, El Sauzal, La Orotava, Puerto de La Cruz, Los Realejos |
| <b>Santa Úrsula</b>           | Santa Úrsula   |
| <b>San Miguel de Abona</b>    | San Miguel de Abona, Santiago del Teide, Vilaflor, Granadilla, Arico                       |
| <b>La Guancha</b>             | La Guancha   |
| <b>La Palma</b>               | La Palma (toda la isla)  |
| <b>La Gomera</b>              | La Gomera (toda la isla)   |
| <b>El Hierro</b>              | El Hierro (toda la isla)   |

Cuadro 1. Sedes en las que se ha prestado el servicio de psicología durante el año 2023

## 2. Datos cuantitativos

### 2.1 Personas atendidas en el servicio de psicología de **ÁMATE**

En 2023 se ha atendido un total de **237** personas en toda la provincia, que incluyen pacientes de cáncer de mama, familiares, pacientes de otros tipos de cáncer y otro tipo de atenciones, detallados a continuación en el cuadro 2.

| <b>Pacientes de<br/>cáncer de mama</b> | <b>Familiar<br/>es</b> | <b>Pacientes (otros<br/>tipos de cáncer)</b> | <b>Otro<br/>s</b> |
|--|------------------------|--|-------------------|
| 194                                    | 26                     | 10   | 3                 |

### Cuadro 2. Número total de pacientes atendidos/as en 2023

Como puede observarse en la tabla, a lo largo del año 2023 se ha atendido a un total de 194 pacientes de cáncer de mama, 26 familiares, 10 personas que presentaban un diagnóstico de otro tipo de cáncer y 3 personas que acudieron al servicio por otra problemática diferente al cáncer, si bien eran socios/as y/o voluntarios/as de la Asociación. A este último grupo se le ha designado con el título de “otros”.

### 2.2 Número de personas atendidas según zona de procedencia

| <b>Municipio</b>         | <b>Número de personas atendidas</b> |
|--------------------------|-------------------------------------|
| <b>La Laguna</b>         | <b>53</b>                           |
| <b>Tegueste</b>          | <b>4</b>                            |
| <b>Los Realejos</b>      | <b>2</b>                            |
| <b>El Sauzal</b>         | <b>1</b>                            |
| <b>El Rosario</b>        | <b>2</b>                            |
| <b>El Tanque</b>         | <b>1</b>                            |
| <b>Icod de los Vinos</b> | <b>8</b>                            |
| <b>La Guancha</b>        | <b>3</b>                            |
| <b>La Orotava</b>        | <b>14</b>                           |
| <b>Los Silos</b>         | <b>1</b>                            |
| <b>Puerto de la Cruz</b> | <b>10</b>                           |

|                              |           |
|------------------------------|-----------|
| <b>San Juan de la Rambla</b> | <b>0</b>  |
| <b>Santa Cruz</b>            | <b>66</b> |
| <b>Adeje</b>                 | <b>7</b>  |
| <b>Arafo</b>                 | <b>1</b>  |
| <b>Arona</b>                 | <b>14</b> |
| <b>Candelaria</b>            | <b>7</b>  |
| <b>Guía de Isora</b>         | <b>4</b>  |
| <b>Güímar</b>                | <b>1</b>  |
| <b>La Gomera</b>             | <b>0</b>  |
| <b>La Matanza</b>            | <b>4</b>  |
| <b>La Palma</b>              | <b>6</b>  |
| <b>La Victoria</b>           | <b>2</b>  |
| <b>Santiago del Teide</b>    | <b>2</b>  |
| <b>San Miguel de Abona</b>   | <b>1</b>  |
| <b>Santa Úrsula</b>          | <b>11</b> |
| <b>Tacoronte</b>             | <b>6</b>  |
| <b>Buenavista del Norte</b>  | <b>1</b>  |
| <b>El Pinar</b>              | <b>1</b>  |
| <b>Valverde</b>              | <b>1</b>  |
| <b>Fasnia</b>                | <b>1</b>  |
| <b>Garachico</b>             | <b>2</b>  |





|                   |          |
|-------------------|----------|
| <b>Granadilla</b> | <b>7</b> |
|-------------------|----------|

Cuadro 3. Personas atendidas en cada municipio/isla.

### 2.3 Número de atenciones según el municipio de las atenciones

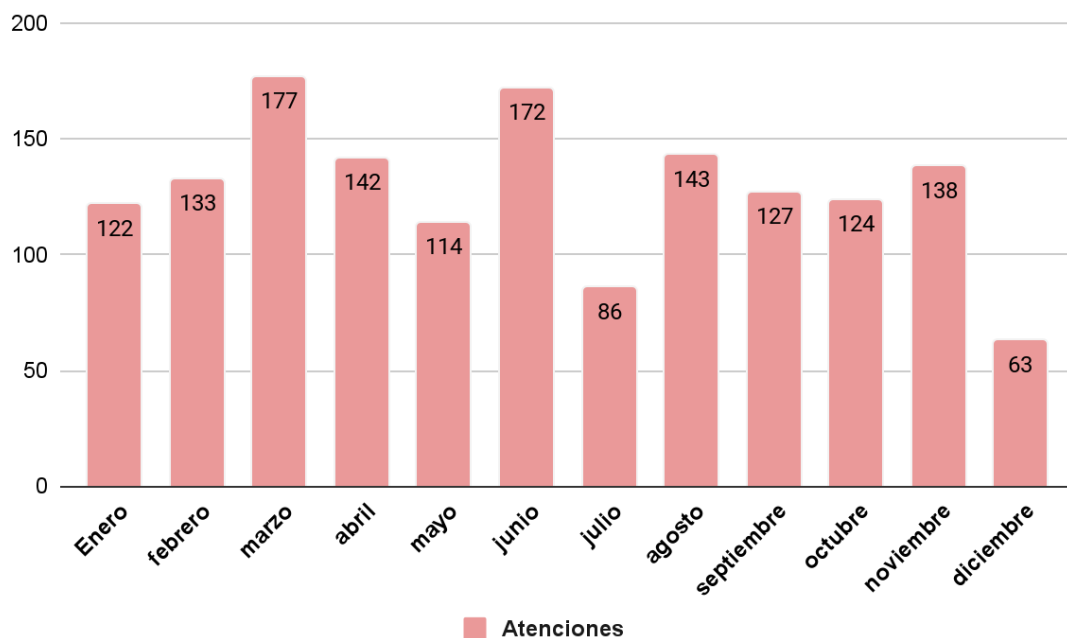
| <b>Municipio</b>  | <b>Número de personas atendidas</b> |
|-------------------|-------------------------------------|
| Adeje             | <b>27</b>                           |
| Arona             | <b>108</b>                          |
| Candelaria        | <b>15</b>                           |
| El Rosario        | <b>2</b>                            |
| <b>El Sauzal</b>  | <b>5</b>                            |
| <b>Fasnia</b>     | <b>3</b>                            |
| Garachico         | <b>2</b>                            |
| Granadilla        | <b>38</b>                           |
| Guía de Isora     | <b>13</b>                           |
| Güímar            | <b>13</b>                           |
| Icod de los vinos | <b>34</b>                           |
| La Guancha        | <b>10</b>                           |
| La Matanza        | <b>18</b>                           |
| La Orotava        | <b>22</b>                           |
| La Gomera         | <b>2</b>                            |
| La Palma          | <b>40</b>                           |
| La Victoria       | <b>10</b>                           |



|                        |            |
|------------------------|------------|
| Los Realejos           | <b>2</b>   |
| Los Silos              | <b>3</b>   |
| Puerto de la Cruz      | <b>66</b>  |
| La Laguna              | <b>361</b> |
| San Miguel de Abona    | <b>14</b>  |
| Santa Cruz de Tenerife | <b>643</b> |
| Santa Úrsula           | <b>35</b>  |
| Santiago del Teide     | <b>7</b>   |
| Tacoronte              | <b>21</b>  |
| Tegueste               | <b>20</b>  |
| <b>El Pinar</b>        | <b>4</b>   |
| <b>Valverde</b>        | <b>2</b>   |
| <b>Vilaflor</b>        | <b>1</b>   |

Cuadro 4. Atenciones realizadas en cada municipio/isla.

## 2.4 Atenciones individuales por meses



Gráfica 1. Número de atenciones individuales mensuales en 2023

Como se puede observar en la gráfica anterior, el promedio de atenciones mensuales se sitúa, por lo general, alrededor de 130 (siendo la media real de 128,41).

En el mes de julio se observa un descenso de las atenciones debido a la baja por maternidad de una de las psicólogas del área y a la etapa vacacional de las profesionales, al igual que ocurre en diciembre.

El **total** de atenciones realizadas a lo largo del año 2023 asciende a **1541**, tratándose de atenciones tanto presenciales como telefónicas y virtuales.

## 2.4 Atenciones grupales/ Talleres

Los distintos talleres y charlas que se imparten generalmente desde el área se detallan a continuación:

- **Taller de Mindfulness**



Este taller se propone como introducción a la práctica del Mindfulness o conciencia plena. Es una práctica en la que se toma conciencia de las distintas facetas de nuestra experiencia en el momento presente. Se aprende a ser conscientes de cómo nos movemos, cómo nos sentimos (tanto física como emocionalmente), y cómo respondemos o reaccionamos ante cada evento de la vida, aprendiendo así a gestionar las emociones que surjan.

El taller se divide en tres niveles de dos sesiones cada uno, y dos horas de duración cada sesión.

- **Terapia grupal**

Se trata de un encuentro entre pacientes, moderado por una profesional de la psicología, en el que se exponen diferentes temas que afectan a las mujeres en distintas fases del proceso oncológico, con el fin de que encuentren apoyo emocional en las demás integrantes del grupo, así como otras visiones y formas de afrontamiento.

- **Juego de Rol Terapéutico**

Con la colaboración de un experto en juegos de rol, se desarrolla este taller donde las usuarias adquieren diferentes roles y se enfrentan a diversos retos emocionales en escenarios pintorescos. Este taller se lleva a cabo con la colaboración del área de psicología, quien guía al encargado del juego para que adecúe las partidas a las necesidades de las pacientes.

El taller dura aproximadamente cuatro horas y se hace en una misma tarde.

- **Taller de gestión emocional**

En este taller se hace psico-educación sobre las emociones y su correcto manejo, añadiendo una primera parte de teoría sobre las emociones y los sistemas de afrontamiento, para pasar posteriormente a diferentes ejercicios prácticos donde las usuarias experimentan las emociones y aprenden a gestionarlas de una forma efectiva y saludable.



El taller tiene un total de dos a tres horas en un solo día.

- **Taller Cómo comunicarnos con un Paciente Oncológico**

Este taller tiene como objetivo principal conocer los aspectos a tener en cuenta a la hora de recibir a una persona diagnosticada de cáncer que acude por primera vez a la Asociación, o a algún otro servicio público, buscando orientación y ayuda. Se abordan temas, entre otros, como qué se debe o no decir o cómo derivar a los servicios pertinentes.

El taller se realiza en una sesión de entre dos y tres horas de duración.

- **Charla Hábitos de Vida Saludable**

El objetivo de esta charla es favorecer la información sobre los hábitos de vida saludable y algunas especificidades en el cáncer de mama, así como motivar a las usuarias a llevar a cabo la instauración de estos. Esta charla está compuesta por 2 sesiones.

- **Talleres de Psicología en colaboración con el Colegio Oficial de Psicología de Santa Cruz de Tenerife**

En colaboración con el Colegio Oficial de Psicología de Santa Cruz de Tenerife, se impartieron talleres online sobre Gestión emocional; Autoestima; Manejo del Dolor y Autocuidado.

- **Taller de Sexualidad**

El objetivo principal es conocer los efectos secundarios de los tratamientos del cáncer de mama y su influencia en la sexualidad femenina, así como saber cómo influyen para poder hacerles frente y tener una sexualidad sana y satisfactoria.

Este taller tiene una duración total de cuatro horas, divididas en dos días.

- **Taller Expresión de Emociones**



El objetivo de este taller es concienciar sobre la importancia de las emociones básicas y conocer que causa una emoción. Para ello, se proponen diferentes actividades donde se puedan evocar y ser conscientes de ellas.

Este taller se realizó en dos sesiones de una hora y media de duración cada día.

- **Taller de Psicología Positiva**

Este taller está destinado a todas aquellas personas que deseen aumentar la confianza, el optimismo y desarrollar su potencial en el ámbito personal. En él se conoce en qué consiste la Psicología Positiva, cuáles son nuestras fortalezas y cómo, a través de ellas, mejorar nuestra calidad de vida.

El taller se realizó en una única sesión de una hora.

- **Taller Lectura Terapéutica**

Este taller tiene como objetivo principal conectar a través de la lectura con el estado emocional de la persona y que identifique a través de distintos textos el momento en el que se encuentra. Cada día habrá una “protagonista” que traiga un texto al grupo, con el que se identifique y que deberá mostrar al resto. Entre todas/os debatirán al respecto.

- **Taller al aire libre con el área de Fisioterapia**

El objetivo de este taller, impartido junto al área de Fisioterapia, es dotar a las personas de herramientas para mejorar su condición física y poder tener un mejor estado a la hora de realizar ejercicio físico, a la vez que se trabaja el estado mental, con el fin de conseguir hábitos de vida saludable.

Este taller se impartió un día con duración de una hora.

- **Taller de Arteterapia**

Con este taller se pretende llevar a cabo un trabajo de expresión emocional a través de distintas técnicas artísticas de dibujo y pintura. Se realiza en una única sesión.



- **Taller la Pareja consciente**

Este taller se centra en aportar conocimiento a las parejas, con la intención de trabajar desde un punto de vista práctico. Cuyo objetivo es que puedan aprender a identificar que aspectos les causan malestar en su día a día y aportar herramientas que les permitan ponerlas en práctica en su vida en pareja.

El taller se impartió en dos sesiones de una hora y media cada una.

A continuación, se presenta un cuadro con la relación de talleres impartidos desde el área de Psicología durante el año 2023, siendo 41 talleres:

| Nombre del taller            | Lugar de Impartición   | Nº de imparticiones |
|------------------------------|------------------------|---------------------|
| <b>Taller de Mindfulness</b> | Arona                  | 1                   |
|                              | San Miguel             | 1                   |
| <b>Taller de Autoestima</b>  | Santa Cruz de Tenerife | 3                   |
|                              | Santa Úrsula           | 4                   |
|                              | La Guancha             | 1                   |
|                              | Icod de los Vinos      | 3                   |
|                              | La Gomera              | 2                   |
| <b>Taller de Relajación</b>  |                        |                     |

|                                    |                            |   |
|------------------------------------|----------------------------|---|
|                                    | Santa Cruz de Tenerife     | 1 |
|                                    | San Cristóbal de La Laguna | 1 |
|                                    | Arona                      | 1 |
|                                    | Guía de Isora              | 1 |
|                                    | Icod de los Vinos          | 1 |
|                                    | La Palma                   | 1 |
|                                    | La Gomera                  | 1 |
|                                    | El Hierro                  | 1 |
| <b>Taller de Gestión Emocional</b> | Santa Cruz de Tenerife     | 1 |
|                                    | San Cristóbal de La Laguna | 2 |
|                                    | La Guancha                 | 1 |
|                                    | Icod de los Vinos          | 1 |
|                                    | La Palma                   | 1 |
|                                    | La Gomera                  | 1 |



|   |                            |   |
|---|----------------------------|---|
| <b>Taller de Creatividad</b>                                    | Santa Cruz de Tenerife     | 3 |
| <b>Taller de Juego de Rol</b>                                   | San Cristóbal de La Laguna | 1 |
| <b>Taller de Psicología Positiva</b>                            | La Guancha                 | 1 |
|   | Icod de los Vinos          | 1 |
| <b>Charla sobre Hábitos de Vida Saludable</b>                   | Puerto de la Cruz          | 1 |
|   | El Hierro                  | 1 |
|   |                            |   |
| <b>Charla sobre Cómo comunicarnos con pacientes oncológicos</b> | La Orotava                 | 1 |
|   | La Gomera                  | 1 |
| <b>Charla sobre Psicología Positiva</b>                         | El Hierro                  | 1 |

Cuadro 4. Talleres impartidos desde el área de Psicología

### 2.3 Informes

Como se comentó más arriba, el área de Psicología realiza habitualmente informes sobre el estado psicológico general de un paciente cuando los solicitan, bien para el grado de diversidad funcional, incapacidad, para su médico de cabecera, etc.

En total, durante el año 2023 se han realizado **20** informes.

## 2.4 Altas y personas que siguen activas en el servicio

- Pacientes dados/as de alta: 152

| Municipio                    | Nº de personas dadas de alta |
|------------------------------|------------------------------|
| <b>La Laguna</b>             | <b>33</b>                    |
| <b>Tegueste</b>              | <b>3</b>                     |
| <b>El Rosario</b>            | <b>3</b>                     |
| <b>Los Realejos</b>          | <b>3</b>                     |
| <b>El Sauzal</b>             | <b>1</b>                     |
| <b>Icod de los Vinos</b>     | <b>0</b>                     |
| <b>El Tanque</b>             | <b>0</b>                     |
| <b>La Guancha</b>            | <b>0</b>                     |
| <b>La Orotava</b>            | <b>12</b>                    |
| <b>Los Silos</b>             | <b>0</b>                     |
| <b>Puerto de la Cruz</b>     | <b>5</b>                     |
| <b>San Juan de la Rambla</b> | <b>0</b>                     |
| <b>Santa Cruz</b>            | <b>46</b>                    |
| <b>Adeje</b>                 | <b>4</b>                     |
| <b>Arona</b>                 | <b>8</b>                     |
| <b>Candelaria</b>            | <b>8</b>                     |
| <b>Guía de Isora</b>         | <b>6</b>                     |

|                            |          |
|----------------------------|----------|
| <b>Güímar</b>              | <b>0</b> |
| <b>La Gomera</b>           | <b>0</b> |
| <b>La Matanza</b>          | <b>5</b> |
| <b>La Palma</b>            | <b>3</b> |
| <b>La Victoria</b>         | <b>0</b> |
| <b>San Miguel de Abona</b> | <b>0</b> |
| <b>Santa Úrsula</b>        | <b>0</b> |
| <b>Tacoronte</b>           | <b>6</b> |

- Pacientes que siguen activos/as en el servicio:

| <b>Municipio</b>             | <b>Nº de personas en el servicio</b> |
|------------------------------|--------------------------------------|
| <b>La Laguna</b>             | <b>29</b>                            |
| <b>Tegueste</b>              | <b>1</b>                             |
| <b>Los Realejos</b>          | <b>0</b>                             |
| <b>El Rosario</b>            | <b>1</b>                             |
| <b>Icod de los Vinos</b>     | <b>8</b>                             |
| <b>La Orotava</b>            | <b>3</b>                             |
| <b>Puerto de la Cruz</b>     | <b>8</b>                             |
| <b>San Juan de la Rambla</b> | <b>0</b>                             |
| <b>Santa Cruz</b>            | <b>33</b>                            |

|                             |          |
|-----------------------------|----------|
| <b>Adeje</b>                | <b>4</b> |
| <b>Arafo</b>                | <b>0</b> |
| <b>Arona</b>                | <b>7</b> |
| <b>Guía de Isora</b>        | <b>3</b> |
| <b>Güímar</b>               | <b>1</b> |
| <b>La Gomera</b>            | <b>0</b> |
| <b>La Matanza</b>           | <b>2</b> |
| <b>Santiago del Teide</b>   | <b>2</b> |
| <b>San Miguel de Abona</b>  | <b>1</b> |
| <b>Santa Úrsula</b>         | <b>3</b> |
| <b>La Palma</b>             | <b>3</b> |
| <b>El Hierro</b>            | <b>1</b> |
| <b>El Pinar</b>             | <b>1</b> |
| <b>Buenavista del Norte</b> | <b>1</b> |
| <b>El Rosario</b>           | <b>1</b> |
| <b>Garachico</b>            | <b>1</b> |
| <b>Granadilla</b>           | <b>4</b> |
| <b>La Victoria</b>          | <b>2</b> |
| <b>Los Silos</b>            | <b>1</b> |
| <b>Tacoronte</b>            | <b>2</b> |

- Pacientes fallecidos/as: 4

| Municipio                     | Nº de personas fallecidas |
|-------------------------------|---------------------------|
| <b>La Laguna</b>              | <b>2</b>                  |
| <b>La Palma</b>               | <b>1</b>                  |
| <b>Santa Cruz de Tenerife</b> | <b>1</b>                  |

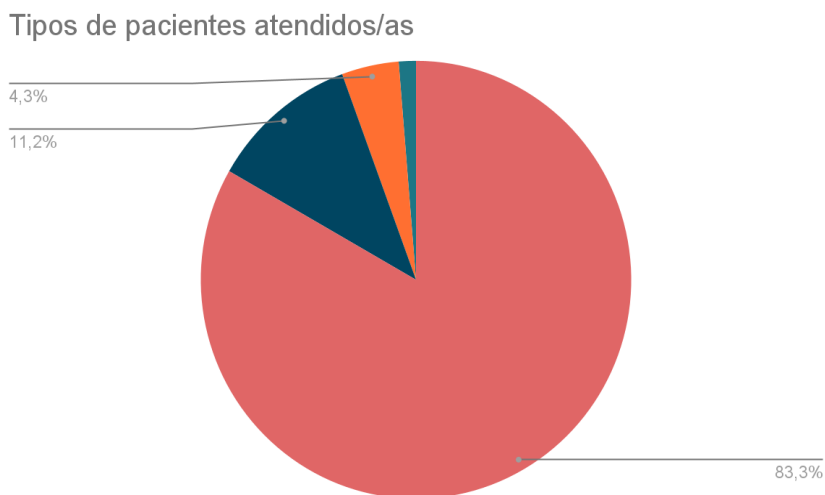
## 2.5 Faltas al servicio según sede de atención

3. Faltas totales al servicio: 348

| Sedes                      | Nº de faltas |
|----------------------------|--------------|
| <b>Santa Cruz</b>          | <b>147</b>   |
| <b>La Laguna</b>           | <b>77</b>    |
| <b>Icod de los Vinos</b>   | <b>38</b>    |
| <b>La Matanza</b>          | <b>11</b>    |
| <b>La Orotava</b>          | <b>3</b>     |
| <b>Puerto de la Cruz</b>   | <b>21</b>    |
| <b>Santa Úrsula</b>        | <b>22</b>    |
| <b>Arona</b>               | <b>13</b>    |
| <b>Guía de Isora</b>       | <b>7</b>     |
| <b>San Miguel de Abona</b> | <b>5</b>     |
| <b>La Palma</b>            | <b>1</b>     |
| <b>El Hierro</b>           | <b>3</b>     |

### 3. Datos de interés de las pacientes

#### 3.1 Tipos de pacientes



Gráfica 2. Tipo de pacientes atendidos/as

Como se comentó más arriba, se ha atendido un total de 237 personas. De ellas, 194 han padecido cáncer de mama, mientras que el resto se divide en familiares (26 personas), pacientes que han padecido otro tipo de cáncer (10) y por último usuarios de la Asociación no afectados/as por la enfermedad, es decir, socios/as o voluntarios/as (3).

Del total de pacientes atendidos/as, **120** fueron **nuevas derivaciones** en 2023, mientras que el resto son usuarios/as de otros años anteriores.

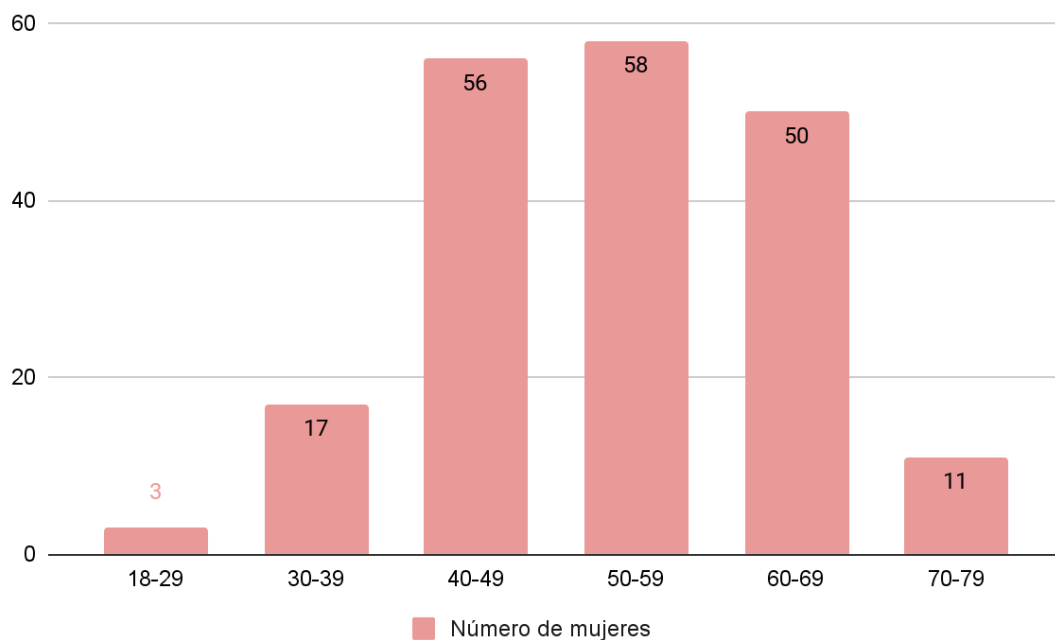
A continuación, se muestran más concretamente las distintas tipologías de cáncer:

|          |     |
|----------|-----|
| Mama     | 194 |
| Tiroides | 1   |
| Útero    | 1   |
| Ovarios  | 1   |

|                       |   |
|-----------------------|---|
| Páncreas              | 1 |
| Colorrectal           | 1 |
| Otros tipos de cáncer | 5 |

Cuadro 5. Pacientes por tipo de cáncer

### 3.2 Edad media



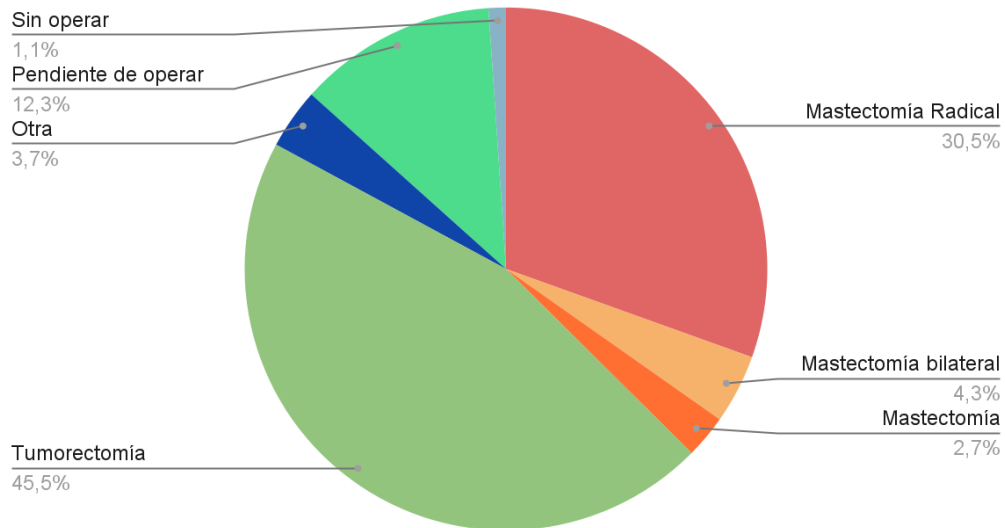
Gráfica 3. Edad media de las pacientes de cáncer de mama

Como podemos observar en la gráfica, la edad media de las pacientes fluctúa entre los 40 y los 69 años de edad. No podemos calcular la edad media real ya que los datos están incompletos debido a un fallo en la base de datos que no se ha podido subsanar a tiempo.

También podemos destacar que durante el 2023 acudieron 3 personas menores de 23 años y once personas mayores de 70.

### 3.3 Tipo de intervención quirúrgica

Tipo de intervención quirúrgica



Gráfica 4. Tipo de intervención quirúrgica

Como tipo de intervención quirúrgica, destacan la **Tumorectomía** en primer lugar con 85 casos, seguida de la **Mastectomía radical** con 57.

### 3.4 Tipos de tratamientos.

- Quimioterapia: 139
- Radioterapia: 116
- Quimioterapia y radioterapia: 82
- Hormonoterapia: 102

### 3.5 Fase en la que acuden a consulta.

- Fase de diagnóstico: 26
- Fase de tratamiento: 137
- Fase de supervivencia: 29





- Fase de diagnóstico de recidiva o metástasis: 13

### 3.6 Recidivas (recaídas) y metástasis

De las pacientes que acudieron a consulta, 13 presentaban **metástasis** en otros órganos.

### 3.7 Medicación.

La mayoría de las usuarias que acuden al área de psicología refiere tomar **medicación ansiolítica** (53 pacientes). Mientras que 11 refiere tomar **antidepresivos**. Y tomaron **ansiolíticos y antidepresivos** 35 usuarias/os.

## 4. Objetivos para el 2024

Para finalizar, se plantean los objetivos del próximo año 2024, habiendo para ello revisado las fortalezas y debilidades del 2023.

- Seguir manteniendo los servicios (atenciones individuales, talleres o charlas) adaptándonos en cada momento a las necesidades que vivamos.
- Promover el servicio en sedes del norte de la isla a través de la reactivación de talleres en dichas sedes.
- Dar más visibilidad en redes a los talleres que vamos realizando, así como tener más fotos para las justificaciones.
- Impartir talleres nuevos, como el taller de Duelo, que estaba creado pero no ha dado tiempo en 2023, actualizar el taller de Creatividad en diferentes formatos y reactivar los talleres de Mindfulness.
- Crear un grupo de terapia en área metropolitana específico de pacientes con cáncer de mama metastásico y crear contenido específico para redes relacionado con ello.

# FISIOTERAPIA

---





## 1. Introducción

Desde el área de **fisioterapia** acompañamos a las personas en cualquier etapa del proceso oncológico: desde que son recién diagnosticadas actuamos con **prehabilitación** antes de cirugía y de los tratamientos de quimioterapia y radioterapia, trabajando en la preparación física junto al área de ejercicio físico; **durante** los tratamientos de quimioterapia y radioterapia el área de fisioterapia trabaja para mejorar los efectos secundarios producidos por estos tratamientos a través de sesiones de **entrenamiento individualizado** y supervisado, podemos **reducir la fatiga** asociada a la quimioterapia y la radioterapia mejorando la resistencia física de la persona; mantenemos la **fuerza y la función muscular**, que se ve mermada durante el tratamiento; conseguimos estimular el **sistema inmunológico** y mejorar así la tolerancia a los tratamientos; incidimos directamente en la **mejora del estado de ánimo** a través del ejercicio y en general produciendo una mejora de la **calidad de vida**. Las sesiones individuales de entrenamiento en pacientes que están en tratamiento son muy importantes ya que el ejercicio debe estar más individualizado y **adaptado** que nunca a las **capacidades** individuales y las restricciones médicas de cada paciente, y en esto hemos dado un salto enorme de calidad asistencial gracias a la incorporación del nuevo gimnasio en nuestro local de Santa Cruz de Tenerife.

Después de los tratamientos iniciamos el proceso de **rehabilitación**, son **atenciones individuales** de fisioterapia y la frecuencia de las citas están marcadas por la evolución de las pacientes hasta lograr los objetivos marcados en la terapia. Principalmente en esta etapa tratamos secuelas **post-quirúrgicas** para restablecer la **función** del miembro superior afectado lo antes posible (movilidad y fuerza); **efectos secundarios** derivados de la quimioterapia, radioterapia u hormonoterapia; prevención y tratamiento de **linfedema**.



Una vez las pacientes se encuentran en **condiciones óptimas** hacemos una **derivación** al área de ejercicio físico donde van a continuar con su mejora de la **condición** física y del **rendimiento**, además de fomentar su **autonomía** e independencia.

En casos excepcionales se han efectuado **atenciones domiciliarias**, si la persona no puede desplazarse por una condición extrema de salud.

Se han llevado a cabo además **talleres grupales**, de **ejercicio al aire libre** para concienciar sobre la importancia de ejercitarse, además de fomentar el contacto social entre pacientes para mejorar la adherencia al ejercicio. También se realiza un taller de **vendaje y autodrenaje** para enseñar a las pacientes con linfedema a vendarse en casa y hacerse un autodrenaje linfático.

Se han ejecutado otras tareas como la **redacción de informes** a pacientes para trámites administrativos, elaboración de material para **redes** sociales, **reuniones multidisciplinarias** y dentro de la propia área de fisioterapia para fijar objetivos y propuestas de mejora.

A continuación, se adjunta un cuadro con las sedes de atención y los municipios que comprenden:

| Sedes de atención                 | Municipios comprendidos                                   |
|-----------------------------------|---|
| <b>Santa Cruz de Tenerife</b>     | Santa Cruz de Tenerife, Candelaria, Arafo, Güimar, Fasnia |
| <b>San Cristóbal de La Laguna</b> | San Cristóbal de La Laguna, Tegueste, El Rosario          |
| <b>Guía de Isora</b>              | Guía de Isora, Adeje, Santiago del Teide                  |

|                               |   |
|-------------------------------|---|
| <b>Arona</b>                  | Arona   |
| <b>Icod de los Vinos</b>      | Icod de los Vinos, San Juan de la Rambla, El Tanque         |
| <b>Los Silos</b>              | Los Silos, Buenavista del Norte, Garachico                  |
| <b>La Matanza de Acentejo</b> | La Matanza, Tacoronte, La Victoria, El Sauzal, Los Realejos |
| <b>La Orotava</b>             | La Orotava  |
| <b>Puerto de la Cruz</b>      | Puerto de la Cruz   |
| <b>Santa Úrsula</b>           | Santa Úrsula  |
| <b>San Miguel de Abona</b>    | San Miguel de Abona, Vilaflor, Granadilla, Arico            |
| <b>La Guancha</b>             | La Guancha  |
| <b>La Palma</b>               | La Palma (toda la isla)                                     |
| <b>La Gomera</b>              | La Gomera (toda la isla)                                    |
| <b>El Hierro</b>              | El Hierro (toda la isla)                                    |

Cuadro 1. Sedes en las que se ha prestado el servicio de Fisioterapia

## 2. Datos cuantitativos

### 2.1 Personas atendidas en el servicio de Fisioterapia de AMATE



Durante este año 2023 se han atendido un total de 355 pacientes en toda la provincia de Santa Cruz de Tenerife:

| Pacientes de cáncer de mama | Familiares | Pacientes (otros tipos de cáncer) | Otros |
|-----------------------------|------------|-----------------------------------|-------|
| 343                         | x          | 12                                | x     |

Cuadro 2. Número total de pacientes atendidos/as en 2023

Se atendieron 343 personas con cáncer de mama y 12 personas con otros tipos de cáncer, en los que se incluyen: cáncer colorrectal, cáncer pulmonar, cáncer de próstata, cáncer de páncreas, cáncer de ovario, cáncer de útero y otros.

## 2.2 Número de personas atendidas según zona de procedencia

| Municipio  | Número de personas atendidas |
|------------|------------------------------|
| Adeje      | 6                            |
| Arafo      | 2                            |
| Arico      | 1                            |
| Arona      | 22                           |
| Candelaria | 6                            |
| El Hierro  | 0                            |
| El Rosario | 7                            |



|                          |    |
|--------------------------|----|
| <b>El Sauzal</b>         | 2  |
| <b>El Tanque</b>         | 1  |
| <b>Icod de los Vinos</b> | 27 |
| <b>Garachico</b>         | 1  |
| <b>Granadilla</b>        | 5  |
| <b>Guía de Isora</b>     | 8  |
| <b>Güímar</b>            | 3  |
| <b>La Laguna</b>         | 73 |
| <b>La Gomera</b>         | 0  |
| <b>La Guancha</b>        | 2  |
| <b>La Matanza</b>        | 5  |
| <b>La Orotava</b>        | 11 |
| <b>La Palma</b>          | 8  |
| <b>La Victoria</b>       | 3  |
| <b>Los Realejos</b>      | 5  |
| <b>Los Silos</b>         | 6  |

|                              |    |
|------------------------------|----|
| <b>Puerto de la Cruz</b>     | 15 |
| <b>San Juan de la Rambla</b> | 1  |
| <b>San Miguel de Abona</b>   | 3  |
| <b>Santa Cruz</b>            | 95 |
| <b>Santa Úrsula</b>          | 10 |
| <b>Santiago del Teide</b>    | 2  |
| <b>Tegueste</b>              | 5  |
| <b>Tacoronte</b>             | 4  |

Cuadro 3. Personas atendidas en cada municipio/isla.

### 2.3 Número de atenciones individuales según zona de procedencia

| <b>Municipio</b>  | <b>Número de atenciones</b> |
|-------------------|-----------------------------|
| <b>Adeje</b>      | 7                           |
| <b>Arafo</b>      | 7                           |
| <b>Arico</b>      | 5                           |
| <b>Arona</b>      | 33                          |
| <b>Candelaria</b> | 7                           |



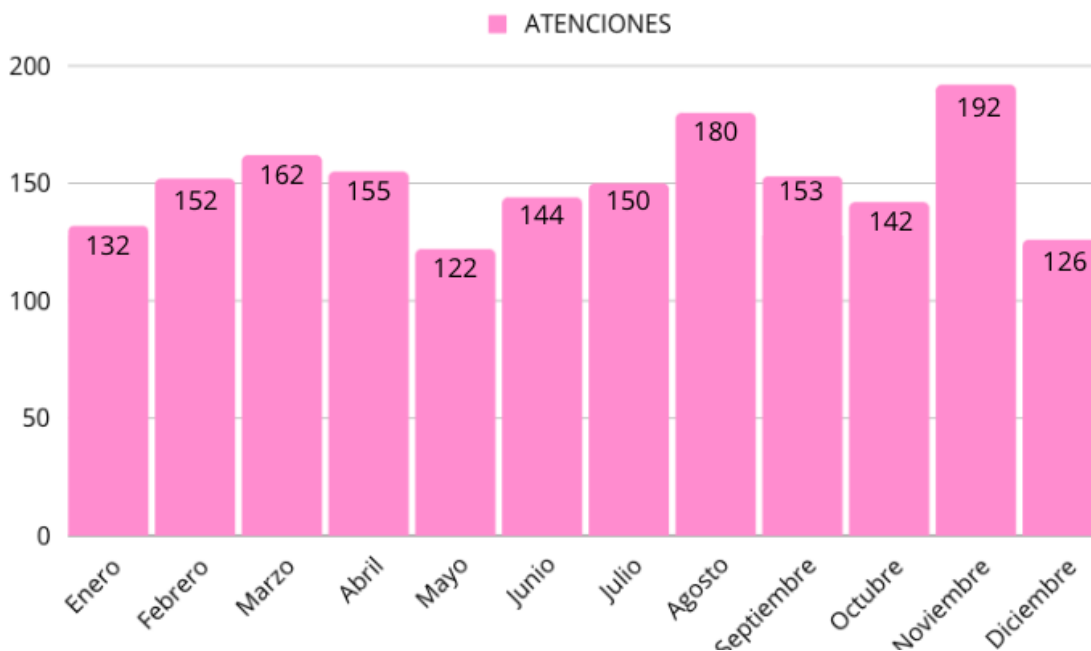


|                          |     |
|--------------------------|-----|
| <b>El Hierro</b>         | 1   |
| <b>El Rosario</b>        | 13  |
| <b>El Sauzal</b>         | 20  |
| <b>El Tanque</b>         | 22  |
| <b>Garachico</b>         | 3   |
| <b>Granadilla</b>        | 11  |
| <b>Guía de Isora</b>     | 36  |
| <b>Güímar</b>            | 7   |
| <b>Icod de los Vinos</b> | 141 |
| <b>Los Realejos</b>      | 9   |
| <b>La Gomera</b>         | 0   |
| <b>La Guancha</b>        | 29  |
| <b>La Laguna</b>         | 411 |
| <b>La Matanza</b>        | 20  |
| <b>La Orotava</b>        | 29  |
| <b>Los Silos</b>         | 32  |

|                              |     |
|------------------------------|-----|
| <b>Los Realejos</b>          | 9   |
| <b>La Palma</b>              | 26  |
| <b>La Victoria</b>           | 18  |
| <b>Puerto de la Cruz</b>     | 84  |
| <b>San Juan de la Rambla</b> | 0   |
| <b>San Miguel de Abona</b>   | 24  |
| <b>Santa Cruz</b>            | 624 |
| <b>Santa Úrsula</b>          | 60  |
| <b>Santiago del Teide</b>    | 2   |
| <b>Tacoronte</b>             | 14  |
| <b>Tegueste</b>              | 51  |

Cuadro 4. Atenciones individuales en cada municipio/isla.

## 2.4 Atenciones individuales por meses



Gráfica 1. Número de atenciones individuales mensuales en 2023

En la gráfica se puede observar las atenciones individuales del 2023, haciendo una **media de 151 atenciones al mes**, haciendo un total de **1810 atenciones al año**. Ha habido cierta estabilidad en cuanto al número de atenciones durante todo el año, exceptuando los meses de enero y de diciembre que suelen haber muchas cancelaciones por procesos gripales y con motivo de las fiestas navideñas. Respecto al año pasado observamos una disminución de 126 atenciones, pudiendo ser esto debido a que en algunos meses hemos sido menos fisioterapeutas.

## 2.5 Atenciones grupales

Este año además de la charla sobre **linfedema**, se ha incorporado una charla sobre **fisioterapia oncológica** y otra de **hormonoterapia**.

La **charla de linfedema** se ha impartido en **10** ocasiones en diferentes sedes y jornadas con un total de **100 asistentes**. Se ha realizado en diferentes jornadas como las organizadas por Amate “Jornadas de oncología médica, fisioterapia y ortopedia”; la



“Jornada de Salud Integral de Arona” y charla junto Amoena en Cofarte para profesionales de farmacias y ortopedias.

La **charla fisioterapia oncológica** se ha impartido en **5** ocasiones en diferentes instituciones como el Hospital Universitario Nuestra Señora de la Candelaria para la unidad de docencia de Matronas, la “Jornada de oncología médica, fisioterapia y ortopedia”, la “Jornada de Divulgación Científica sobre el Cáncer” organizadas por Museos de Tenerife - Naturaleza y Arqueología; Hospital General de La Gomera; Mutua de Accidentes de Canarias (MAC) y además este año hemos impartido una Masterclass sobre fisioterapia oncológica en cáncer de mama en la Universidad Europea de Canarias para los alumnos del último año del Grado de Fisioterapia, con un total de **130** asistentes entre todas veces que se dio la charla.

El **objetivo** de esta charla es informar del papel del fisioterapeuta en el ámbito oncológico tanto a la población general, pacientes y profesionales de la salud.

La **charla de hormonoterapia** se ha impartido en **3** ocasiones con un total de **7** asistentes. El objetivo de esta charla es dar a conocer los efectos que produce esta terapia en las pacientes con cáncer de tipo hormonal y cómo podemos ayudar desde la fisioterapia.

Se han realizado **talleres** de ejercicio al aire libre durante el verano en Santa Cruz, y en otras sedes durante todo el año debido a su acogida y por la demanda de las pacientes.

Se ha realizado también el taller de autovendaje y autodrenaje para enseñar y refrescar cómo se deben hacer el autodrenaje y vendar las pacientes con linfedema. En total se han llevado a cabo **73 talleres de ejercicio al aire libre** con un total de **248 asistentes**, y **9 talleres de ejercicio terapéutico** con un total de **36 asistentes**.

Estos talleres de ejercicio están dirigidos a pacientes, con la finalidad de entrenar la condición física, mejorando la funcionalidad y la calidad de vida, reduciendo así la sintomatología de los efectos secundarios de los tratamientos recibidos.

| <b>Taller / Charla</b>                              | <b>Lugar de Impartición</b> | <b>Nº de imparticiones</b> |
|---|-----------------------------|----------------------------|
| <b>Taller de Ejercicio al aire libre</b>            | <i>La Laguna</i>            | 29                         |
|   | <i>Arona</i>                | 6                          |
|   | <i>SC de Tenerife</i>       | 7                          |
|   | <i>Guía de Isora</i>        | 22                         |
|   | <i>Puerto de la Cruz</i>    | 9                          |
| <b>Taller de Ejercicio Terapéutico</b>              | <i>La Laguna</i>            | 3                          |
|   | <i>Puerto de la Cruz</i>    | 6                          |
| <b>Charla Linfedema:<br/>Lo que dice la ciencia</b> | <i>SC de Tenerife</i>       | 2                          |
|   | <i>Arona</i>                | 1                          |
|   | <i>Guía de Isora</i>        | 1                          |
|   | <i>San Miguel</i>           | 1                          |
|   | <i>Puerto de la Cruz</i>    | 1                          |
|   |                             | 2                          |
|   | <i>La Palma</i>             | 1                          |
| <i>La Gomera</i>                                    |                             |                            |

|  |                       |   |
|--|-----------------------|---|
|  | <i>El Hierro</i>      | 1 |
| <b>Charla Fisioterapia Oncológica.</b> | <i>SC de Tenerife</i> | 3 |
|  | <i>La Orotava</i>     | 1 |
|  | <i>La Gomera</i>      | 1 |
| <b>Charla Hormonoterapia</b>           | <i>La Laguna</i>      | 1 |
|  | <i>Santa Úrsula</i>   | 1 |
|  | <i>La Orotava</i>     | 1 |
|  | <i>La Matanza</i>     | 1 |

Cuadro 4. Talleres y charlas impartidos desde el área de fisioterapia

### 2.6 Altas y personas que siguen activas en el servicio

- Pacientes dados/as de alta: 49

| Municipio         | Nº de personas en el servicio | Municipio  | Nº de personas en el servicio |
|-------------------|-------------------------------|------------|-------------------------------|
| <b>Santa Cruz</b> | 96                            | Granadilla | 4                             |
| <b>La Laguna</b>  | 61                            | El Rosario | 2                             |

|                          |    |                              |   |
|--------------------------|----|------------------------------|---|
| <b>Icod de los Vinos</b> | 15 | Tacoronte                    | 6 |
| <b>La Orotava</b>        | 11 | <b>Santiago del Teide</b>    | 2 |
| <b>Arona</b>             | 11 | <b>Santa Úrsula</b>          | 3 |
| <b>Guía de Isora</b>     | 12 | La Guancha                   | 0 |
| <b>Tegueste</b>          | 6  | <b>San Juan de la Rambla</b> | 4 |
| La Palma                 | 4  | <b>Los Realejos</b>          | 3 |
| Los Silos                | 5  | <b>El Rosario</b>            | 2 |
| <b>La Matanza</b>        | 6  | <b>Arafo</b>                 | 2 |
| <b>Güímar</b>            | 5  | Arico                        | 1 |
| <b>Puerto de la cruz</b> | 7  | El Tanque                    | 2 |
| <b>Adeje</b>             | 2  | El Sauzal                    | 1 |



|                            |   |                  |                                |
|----------------------------|---|------------------|--------------------------------|
| <b>San Miguel de Abona</b> | 4 | La Victoria      | 1                              |
| Candelaria                 | 3 | <b>La Gomera</b> | 1                              |
| <b>TOTAL</b>               |   |                  | <b>282</b><br><b>pacientes</b> |

- Pacientes fallecidos/as:

| Municipio                           | Nº de personas fallecidas |
|-------------------------------------|---------------------------|
| <b>La Laguna</b>                    | <b>3</b>                  |
| <b>Guía de Isora</b>                | <b>1</b>                  |
| Santa Úrsula                        | <b>1</b>                  |
| <b>Santa Cruz</b>                   | <b>6</b>                  |
| <b>Total pacientes fallecido/as</b> | <b>11</b>                 |





### 3. Datos de interés de las pacientes

#### 1. Tipos de pacientes

El 96,7% de pacientes que atendemos son pacientes con cáncer de mama, el 3,3% restante sufre otros tipos de cáncer.

#### 2. Edad media

La edad media de las usuarias del servicio de fisioterapia es de **55,3 años**.

#### 3. Tipo de intervención quirúrgica

Aunque cada vez las cirugías son menos invasivas, nos encontramos que la mayoría de usuarias del servicio de fisioterapia han sido sometidas a mastectomía. Del total de pacientes atendidas en 2023 nos encontramos que:

- 16/355 han sido intervenidas de mastectomía bilateral (4,5%).
- 130/355 han sido intervenidas de tumorectomía (36,6%).
- 155/355 han sido intervenidas de mastectomía radical (43,7%).
- 20/355 han sido intervenidas de mastectomía ahorradora de piel (5,6%).
- 8/355 han sido intervenidas con otro tipo de técnica (2,3%)
- 26/355 están a la espera de ser intervenidas (7,3%),

#### 4. Tipos de tratamientos

- Quimioterapia: 238
- Radioterapia: 300
- Quimioterapia y radioterapia: 187
- Hormonoterapia: 224



#### 4. Objetivos 2024

Nos gustaría primero recordar y comentar los objetivos que nos marcamos para el año **2023**, que fueron:

- **Mantener y mejorar la calidad de nuestro servicio:** hemos hecho todo lo que ha estado en nuestra mano para llegar a todas las personas que han necesitado nuestro servicio de fisioterapia y hemos cumplido con las expectativas, además hemos podido dar un gran salto de calidad en nuestras atenciones gracias al nuevo gimnasio en nuestra sede de Santa Cruz de Tenerife.
- **Crear contenido para redes sociales:** hemos creado junto al resto de áreas contenido informativo para las redes sociales de la asociación.
- **Desarrollar nuevas charlas:** hemos creado desde cero la charla de fisioterapia oncológica y la de hormonoterapia, además de la masterclass de fisioterapia en cáncer de mama y mantener actualizada con las últimas novedades la charla de linfedema.
- **Priorizar los tratamientos activos** por parte de las y los pacientes, concienciar de la importancia del ejercicio e implementar nuevas estrategias de valoración y programación de ejercicio: consideramos que hemos hecho un gran trabajo de educación y de prescripción del ejercicio además de haber trabajado mano a mano con el área de ejercicio físico de nuestra asociación.
- **Crear un programa de formación para alumnos en prácticas:** hemos llevado a cabo un programa de formación y lo hemos aplicado con alumnos de tercer año de la Universidad Europea de Canarias que hemos tenido en la asociación para realizar sus estancias clínicas del Grado de Fisioterapia.

Desde el área de Fisioterapia nos fijamos como **objetivos de cara al 2024:**

- Crear un programa de valoración y reevaluación de la condición física de las pacientes.
- Mantener y mejorar la calidad de nuestro servicio.

- Crear contenido para redes sociales.
- Continuar motivando a las pacientes a que prioricen el ejercicio físico y que lo adhieran a su vida diaria.
- Desarrollar nuevas charlas y mantener actualizadas las que tenemos con la última evidencia científica publicada.

#### 5. Algunas imágenes de nuestra actividad



Nuestra fisioterapeuta realizando un vendaje multicapa a una paciente con linfedema en el brazo.



Paciente realizándose un autovendaje para linfedema.



Taller de ejercicio grupal.



Taller de ejercicio al aire libre en la playa.



Masterclass de fisioterapia en cáncer de mama en la Universidad Europea de Canarias.

# ACTIVIDAD DEPORTIVA

---





## 1. Introducción

Dentro del **área de ejercicio físico oncológico** de la Asociación de Cáncer de Mama de Tenerife (ÁMATE), durante el año 2023, se realizaron principalmente atenciones en talleres grupales, también se llevaron a cabo intervenciones individuales para valorar las aptitudes físicas de las pacientes y el estado con respecto a la enfermedad y los tratamientos recibidos, y además, se prepararon y se impartieron charlas informativas para promover el ejercicio y la actividad física como hábito preventivo y como elemento coadyuvante al tratamiento, así como para concienciar sobre la necesidad de añadir el ejercicio en nuestra vida para llevar un estilo de vida saludable.

Entendemos las atenciones en talleres grupales como actividades físico-deportivas supervisadas por un profesional del ejercicio físico repetidas en el tiempo e individualizadas a cada paciente dentro del grupo. La duración de los talleres o atenciones es de 60 minutos por norma general.

Los talleres de actividad físico deportiva se mantuvieron a lo largo de todo el año, reservando un criterio de “alta” cuando la paciente recuperara por completo las capacidades físicas básicas y específicas previas a la enfermedad y los tratamientos recibidos, habiendo mejorado sus niveles de fuerza, potencia y masa muscular para mejorar el pronóstico de la enfermedad, por lo que el proceso de recuperación de esas capacidades casi siempre se prolonga entre 9 y 12 meses, pudiendo llegar a extenderse de uno a tres años, ya que las secuelas y los efectos secundarios pueden prolongarse durante años habiendo superado la enfermedad.

También ofrecimos un acompañamiento en todas las fases del proceso oncológico, siendo ideal comenzar nada más ser diagnosticada, y adaptamos los servicios a las necesidades personales de cada paciente.

Para ello, hemos prestado el servicio en AMATE de forma ininterrumpida, contando con un profesional de enero a octubre y de octubre a diciembre con dos profesionales en el área, los cuales se han desplazado para atender a las personas en las



distintas sedes de la Asociación, tanto en las zonas norte de la isla de Tenerife, como en el área metropolitana (en la sede administrativa de Santa Cruz de Tenerife y en la sede de San Cristóbal de La Laguna), y en las islas pertenecientes a la provincia también se realizaron acciones de atención y charlas. Algunas personas que no pudieron trasladarse fueron atendidas a domicilio o mediante video llamada de forma online.

Como cada una de las áreas de la asociación, otra de las tareas llevadas a cabo consiste en la preparación, revisión y adaptación de charlas informativas que se imparten en la mayoría de los municipios donde nos encontramos. La charla principal del área ha sido “La importancia de movernos, como hábito preventivo y tratamiento de enfermedades”, y se ha desarrollado una charla para impartir a profesionales de la salud y estudiantes del grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte titulada “Ejercicio y Cáncer”.

Otra labor realizada dentro del área de Ejercicio Físico Oncológico ha consistido en la asistencia a reuniones de coordinación para la revisión del trabajo, reuniones con las diferentes áreas de atención para gestionar actividades, charlas y talleres en conjunto, y reuniones generales de la asociación.

Además, desde el área deportiva se han establecido convenios de colaboración con entidades y centros de entrenamiento privados. También se ha viajado a las islas de La Gomera, El Hierro y La Palma para atender pacientes, impartir charlas y formalizar convenios de atención y derivación de pacientes.

A continuación, se exponen las sedes en las que se ha prestado el servicio de actividad y ejercicio físico (tabla 1).

| <b>Sedes de atención</b>          | <b>Municipios comprendidos</b>                               |
|-----------------------------------|--|
| <b>Santa Cruz de Tenerife</b>     | Santa Cruz de Tenerife, Candelaria, Arafo, Güimar y Fasnia   |
| <b>San Cristóbal de La Laguna</b> | San Cristóbal de La Laguna, Tegueste, El Rosario y Tacoronte |



|                          |   |
|--------------------------|---|
| <b>Icod de los Vinos</b> | Icod de los Vinos, La Guancha, San Juan de la Rambla, El Tanque y Los Silos |
| <b>Santa Úrsula</b>      | Santa Úrsula, La Matanza, La Orotava, La Victoria y El Puerto de la Cruz    |
| <b>La Gomera</b>         | San Sebastián de La Gomera  |
| <b>La Palma</b>          | Breña Alta  |
| <b>El Hierro</b>         | Valverde y El Pinar   |

Tabla 1. Sedes en las que se ha prestado el servicio de actividad física durante el año.

## 2. Datos cuantitativos

A lo largo de este epígrafe presentaremos los datos cuantitativos del año, en los cuales observaremos la presencia del área de ejercicio en los diferentes municipios donde trabajamos, el número de personas a las que hemos hecho llegar la actividad física, el total de talleres realizados y el total de atenciones del área.

### 2.1 Personas atendidas en el servicio de Actividad y Ejercicio Físico de ÁMATE

A lo largo del año se ha atendido un total de **1.255** personas en toda la provincia, que incluyen pacientes de cáncer de mama, pacientes de otros tipos de cáncer y otro tipo de atenciones, detallados a continuación en la tabla 2.

| <b>Pacientes de cáncer de mama</b> | <b>Otros</b> |
|------------------------------------|--------------|
| 1.079                              | 176          |

Tabla 2. Número total de pacientes atendidos/as





Como puede observarse en la tabla, se ha atendido a un total de 1.079 pacientes de cáncer de mama y 176 personas que acudieron al servicio por otra problemática diferente, si bien eran socios/as y/o voluntarios/as de la Asociación. A este último grupo se le ha designado con el título de “otros”.

## **2.2 Número de talleres, personas atendidas, y atenciones totales según zona de procedencia.**

A continuación, encontraremos presentados en tablas los datos del área a lo largo del año. Nos centraremos en los tres datos cuantitativos más representativos del trabajo del área. Los cuales son:

1. El total de talleres desarrollados a lo largo del año.
2. El total de personas atendidas en cada municipio.
3. El total de atenciones realizadas desde el área de ejercicio.

Al hablar del total de personas atendidas en cada municipio, hacemos referencia a cada una de las usuarias del servicio, mientras que, al representar el total de atenciones del área deportiva, debemos cuantificar cada atención que realizamos, por ejemplo, si una usuaria acude a 4 talleres a lo largo del mes, ésta será cuantificada como 1 persona, pero se verá reflejada en 4 atenciones.

En la siguiente tabla (tabla 3) encontraremos el total de talleres impartidos, desglosado por sedes de atención y meses. En estos datos incluimos talleres de Pilates, Acondicionamiento Metabólico, estabilidad y fortalecimiento articular, Yoga, Marcha Nórdica, actividades al aire libre y actividades deportivas puntuales.

Podemos observar que el municipio donde se realiza mayor número de talleres es Santa Cruz de Tenerife, alcanzando un total de 519, siendo el mes de noviembre en el que se realizó el record de talleres, alcanzando 94 talleres. Esto se debe a que a partir de octubre hubo un profesional exclusivamente dedicado a la atención de pacientes de Santa Cruz.

Observamos que el total de talleres realizados alcanza los 852.

|              | TALLERES POR SEDE |           |           |           |           |           |           |           |            |            |            |           | TOTAL      |
|--------------|-------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|------------|------------|-----------|------------|
|              | ENERO             | FEBRERO   | MARZO     | ABRIL     | MAYO      | JUNIO     | JULIO     | AGOSTO    | SEPTIEMBRE | OCTUBRE    | NOVIEMBRE  | DICIEMBRE |            |
| Santa Cruz   | 23                | 32        | 40        | 42        | 29        | 33        | 25        | 27        | 35         | 87         | 94         | 52        | 519        |
| La Laguna    | 11                | 11        | 12        | 16        | 10        | 12        | 12        | 9         | 15         | 10         | 10         | 0         | 128        |
| Santa Úrsula | 16                | 9         | 27        | 25        | 18        | 7         | 17        | 10        | 24         | 14         | 6          | 4         | 177        |
| Icod         | 2                 | 1         | 3         | 3         | 2         | 4         | 3         | 2         | 4          | 2          | 1          | 0         | 27         |
| La Palma     | 0                 |           |           |           |           |           |           |           |            |            |            |           | 0          |
| La Gomera    | 0                 |           |           |           |           |           |           |           |            |            |            |           | 0          |
| El Hierro    | 0                 | 1         |           |           |           |           |           |           |            |            |            |           | 1          |
| <b>Total</b> | <b>52</b>         | <b>54</b> | <b>82</b> | <b>86</b> | <b>59</b> | <b>56</b> | <b>57</b> | <b>48</b> | <b>78</b>  | <b>113</b> | <b>111</b> | <b>56</b> | <b>852</b> |

Tabla 3. Talleres en cada municipio.

En la Tabla 4, vemos reflejado el total de personas atendidas a lo largo del año por el área de ejercicio de la asociación. Podemos destacar que la diferencia de personas de la zona metropolitana con el resto de sedes es notable. Pero no debemos obviar los datos del municipio de Santa Úrsula, en el cual la participación de las usuarias es ejemplar.

Cabe destacar que el mes con mayor índice de personas atendidas en Santa Úrsula sea junio, y esto se explica por el desarrollo de talleres al aire libre en Playa Jardín, al que han acudido más de 50 mujeres a cada uno de los talleres.

En el municipio de Santa Cruz, entre octubre y noviembre hubo una subida de altas y nuevas valoraciones debido a lo mencionado en el epígrafe anterior.

Debemos mencionar que, del total de 1.255 personas que han pasado por el servicio, cerca del 90% sigue de alta en el área deportiva, por lo que la adherencia al servicio es notablemente alta.

|              | PERSONAS ATENDIDAS POR SEDE |           |            |            |           |            |           |            |            |            |            |           | TOTAL       |
|--------------|-----------------------------|-----------|------------|------------|-----------|------------|-----------|------------|------------|------------|------------|-----------|-------------|
|              | ENERO                       | FEBRERO   | MARZO      | ABRIL      | MAYO      | JUNIO      | JULIO     | AGOSTO     | SEPTIEMBRE | OCTUBRE    | NOVIEMBRE  | DICIEMBRE |             |
| Santa Cruz   | 24                          | 27        | 36         | 49         | 39        | 48         | 41        | 49         | 54         | 87         | 94         | 49        | 597         |
| La Laguna    | 11                          | 16        | 18         | 16         | 13        | 17         | 16        | 11         | 16         | 11         | 7          | 0         | 152         |
| Santa Úrsula | 41                          | 37        | 41         | 38         | 31        | 54         | 33        | 31         | 46         | 33         | 36         | 21        | 442         |
| Icod         | 3                           | 2         | 5          | 5          | 6         | 6          | 5         | 10         | 8          | 6          | 6          | 0         | 62          |
| La Palma     | 0                           |           |            |            |           |            |           |            |            |            |            |           | 0           |
| La Gomera    | 0                           |           |            |            |           |            |           |            |            |            |            |           | 0           |
| El Hierro    | 0                           | 2         |            |            |           |            |           |            |            |            |            |           | 2           |
| <b>Total</b> | <b>79</b>                   | <b>84</b> | <b>100</b> | <b>108</b> | <b>89</b> | <b>125</b> | <b>95</b> | <b>101</b> | <b>124</b> | <b>137</b> | <b>143</b> | <b>70</b> | <b>1255</b> |

Tabla 4. Personas atendidas en cada municipio.

Finalmente, en la Tabla 5 observamos el total de atenciones en el 2023 desde el área deportiva de la asociación.

Nuevamente destacamos la participación de las usuarias de Santa Cruz, las cuales se acercan a 2.000 atenciones, siendo nuevamente noviembre el mes donde más acudieron al servicio, alcanzando un total de 328.

Y de nuevo resalta la participación de las usuarias de Santa Úrsula, en dicho municipio se alcanzaron 1.780 atenciones. Llegando a un máximo de 378 atenciones en el mes de junio, lo cual se explica por la impartición de los talleres de playa realizados de la mano del Ayuntamiento, y gracias a ese dato fue junio el mes con más atenciones en el área de ejercicio de la asociación.

|              | ATENCIONES POR SEDE |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            | TOTAL       |
|--------------|---------------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|-------------|
|              | ENERO               | FEBRERO    | MARZO      | ABRIL      | MAYO       | JUNIO      | JULIO      | AGOSTO     | SEPTIEMBRE | OCTUBRE    | NOVIEMBRE  | DICIEMBRE  |             |
| Santa Cruz   | 84                  | 115        | 159        | 172        | 87         | 102        | 111        | 125        | 153        | 310        | 328        | 194        | 1940        |
| La Laguna    | 41                  | 38         | 53         | 51         | 29         | 31         | 31         | 24         | 31         | 21         | 44         | 0          | 394         |
| Santa Úrsula | 182                 | 91         | 204        | 180        | 119        | 378        | 123        | 107        | 177        | 115        | 67         | 37         | 1780        |
| Icod         | 6                   | 2          | 12         | 11         | 7          | 15         | 12         | 10         | 13         | 9          | 6          | 0          | 103         |
| La Palma     | 0                   |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            | 0           |
| La Gomera    | 0                   |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            | 0           |
| El Hierro    | 0                   | 2          |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            | 2           |
| <b>Total</b> | <b>313</b>          | <b>248</b> | <b>428</b> | <b>414</b> | <b>242</b> | <b>526</b> | <b>277</b> | <b>266</b> | <b>374</b> | <b>455</b> | <b>445</b> | <b>231</b> | <b>4219</b> |

Tabla 5. Total de atenciones en cada municipio.

### 3 Talleres que ofrecemos

Durante el año natural se elaboraron e impartieron diferentes talleres, los cuales se detallan a continuación:

- Condición Metabólica:

El entrenamiento de la condición metabólica en pacientes con cáncer es un enfoque que busca mejorar la capacidad metabólica del cuerpo para hacer frente a los efectos secundarios del tratamiento del cáncer y mejorar la calidad de vida de los pacientes. Y este ha sido el taller principal del área. Aquí hay algunas razones por las cuales se puede considerar beneficioso entrenar la condición metabólica en este contexto:

Mejora de la Tolerancia a la Terapia: Los tratamientos para el cáncer, como la quimioterapia y la radioterapia, a menudo pueden tener efectos secundarios que



afectan la condición metabólica, como la fatiga, la pérdida de masa muscular y la disminución de la capacidad aeróbica. El entrenamiento metabólico puede ayudar a mejorar la tolerancia a estos tratamientos y reducir la severidad de los efectos secundarios.

**Preservación de la Masa Muscular:** La pérdida de masa muscular es común en pacientes con cáncer, y puede tener consecuencias negativas en la fuerza, la movilidad y la calidad de vida. El entrenamiento de la condición metabólica, que incluye ejercicios de resistencia, puede ayudar a preservar la masa muscular y mejorar la fuerza.

**Reducción de la Fatiga:** La fatiga es uno de los síntomas más comunes experimentados por los pacientes con cáncer. El ejercicio regular puede ayudar a reducir la fatiga y mejorar los niveles de energía, lo que contribuye a una mejor calidad de vida.

**Mejora de la Función Cardiovascular:** El entrenamiento aeróbico puede mejorar la función cardiovascular y la capacidad pulmonar, lo que es beneficioso para los pacientes con cáncer, especialmente aquellos que pueden experimentar compromisos en la función respiratoria debido al tratamiento.

**Mejora del Estado de Ánimo y Bienestar Psicológico:** El ejercicio regular se ha asociado con mejoras en el estado de ánimo y el bienestar psicológico. Para los pacientes con cáncer, esto puede ser particularmente importante, ya que la enfermedad y el tratamiento pueden tener un impacto significativo en la salud mental.

**Regulación del Metabolismo y la Composición Corporal:** El ejercicio puede tener efectos positivos en la regulación del metabolismo y la composición corporal. Esto puede ser relevante para pacientes que experimentan cambios en el peso corporal y la composición debido al cáncer y su tratamiento.

Es esencial tener en cuenta que el tipo y la intensidad del ejercicio deben adaptarse a las capacidades individuales de cada paciente, considerando el tipo de cáncer, el estado de salud general y cualquier limitación física.

- Movilidad y Fortalecimiento Articular:

Actividad con el principal objetivo de mejorar e incrementar los rangos de movilidad articular de las pacientes que han visto afectadas sus articulaciones después de las intervenciones quirúrgicas. Se persigue el fortalecimiento de la musculatura implicada principalmente en la articulación del hombro, para así poder mejorar tanto la fuerza de esa musculatura que se ha visto afectada por las intervenciones y el tratamiento como el desarrollo de la musculatura. Mediante los ejercicios que realizamos principalmente con bandas elásticas también intentamos eliminar ese factor de miedo e inseguridad que se crea en los y las pacientes que han sido intervenidas y deciden no realizar movimientos bruscos o que supongan el uso de un mínimo de fuerza por el qué podría pasar.

Cuando lo recomendable es totalmente lo contrario, según un estudio, por elegir uno de los ya numerosos trabajos sobre el entrenamiento de fuerza con pacientes de mama, realizado con 255 pacientes, publicado en 2016 por Kassen y otros, la disfunción muscular y disminución de fibras musculares, han sido asociados con un pobre rendimiento, un mayor riesgo de mortalidad y mayores efectos secundarios en pacientes oncológicos. En este estudio, se llegó a la conclusión, al comparar las diferencias significativas entre las pacientes y los individuos sanos, la necesidad de ejercicio físico lo más pronto posible, implicando la musculatura afectada en las principales articulaciones tratadas (el hombro) con el fin de prevenir o contrarrestar la pérdida de función muscular después de la cirugía curativa, así como las consecuencias de la terapia neo adyuvante.

Las clases de movilidad y fortalecimiento se llevan a cabo con gran amplitud de horarios y con material específico para su aplicación, ofertamos dos días a la semana de clases dirigidas orientadas a esta actividad y varios horarios a lo largo del día para favorecer la participación de todos y todas las pacientes que solicitan este servicio.



- Pilates:

Desde AMATE, y con el respaldo de autores como Serra (2017), estamos convencidos de que el método Pilates contribuye al tratamiento de pacientes oncológicos, ya que ayuda en la restauración de cualquiera de las disfunciones músculo – articulares, las cuales pueden darse durante la enfermedad o durante la fase de recuperación. Serra et al, apoyan lo anterior con un estudio piloto en el cual afirma que “la disminución de la fatiga, la mejora de la función física. y la calidad de vida que se consigue gracias al entrenamiento de fuerza”. Capacidad física básica en la cual orientamos nuestras clases de Pilates.

En el caso de las mujeres que han sido intervenidas, los ejercicios ayudan a recuperar tanto la fuerza como el movimiento en las extremidades superiores de forma progresiva. Es por ello que ofrecemos clases dirigidas a todas las pacientes, siempre y cuando no haya contraindicaciones médicas, y siempre aplicando una progresión adecuada, prescrito de forma individualizada y adaptada a las necesidades personales de cada paciente.

Esta actividad la llevamos a cabo dos veces por semana, con varios horarios al día para facilitar el acceso a todas las pacientes y los pacientes que solicitan el servicio de las clases dirigidas de Pilates.

- Yoga:

La práctica del yoga durante procesos oncológicos puede ofrecer varios beneficios para las personas que están lidiando con el cáncer. Es importante tener en cuenta que siempre se debe consultar con el equipo médico antes de iniciar cualquier programa de ejercicio, incluyendo el yoga, para asegurarse de que sea seguro y adecuado para la situación individual. Algunas razones por las que el yoga puede ser recomendable durante procesos oncológicos incluyen:



**Reducción del Estrés:** El cáncer y su tratamiento pueden generar niveles significativos de estrés y ansiedad. El yoga, con su énfasis en la respiración consciente y la relajación, puede ayudar a reducir el estrés y mejorar el bienestar emocional.

**Mejora de la Flexibilidad y la Movilidad:** Muchas formas de cáncer y sus tratamientos pueden afectar la flexibilidad y la movilidad. El yoga, con sus posturas y movimientos suaves, puede contribuir a mantener o mejorar la flexibilidad y la capacidad de movimiento.

**Fortalecimiento Muscular:** Algunas formas de yoga implican el uso del propio peso corporal para fortalecer los músculos. Este fortalecimiento puede ser beneficioso para mantener la funcionalidad y la fuerza muscular durante el tratamiento oncológico.

**Promoción de la Conexión Mente-Cuerpo:** El yoga fomenta la conexión entre la mente y el cuerpo, lo que puede ser especialmente valioso durante un proceso de tratamiento oncológico. Esta conexión puede ayudar a las personas a sentirse más en sintonía con su cuerpo y a cultivar una mayor conciencia.

**Alivio de Síntomas Físicos y Emocionales:** La práctica del yoga puede contribuir al alivio de síntomas físicos como la fatiga, así como a mejorar el estado de ánimo y la calidad del sueño.

**Fomento de la Autoestima:** Participar en actividades físicas como el yoga puede ayudar a las personas a sentirse más empoderadas y mejorar su autoestima durante el proceso oncológico.

Es crucial adaptar la práctica del yoga a las necesidades individuales y la condición de salud específica de cada persona. Muchos programas de yoga para pacientes oncológicos se diseñan de manera especializada, a menudo con la orientación de profesionales de la salud y instructores de yoga capacitados en trabajar con personas que tienen enfermedades crónicas o están en tratamiento para el cáncer.



- Marcha nórdica:

“Es un entrenamiento integral, suave y eficaz, que todas las personas pueden realizar al aire libre y con el que se consigue mover el 90% de la musculatura.”

La Marcha Nórdica, es un ejercicio que reivindica los beneficios de caminar. La principal característica es que al caminar se usan unos bastones parecidos a los de esquí nórdico o de fondo. Además, se utiliza una técnica determinada para conseguir el máximo beneficio de la coordinación cruzada de brazos y piernas, que consiste en intensificar los movimientos de la caminata, mantener la posición corporal erguida y conseguir la longitud idónea en cada paso. Es un ejercicio de muy bajo impacto, en el que el ritmo lo marca cada uno. Lo puede practicar todo el mundo, independientemente de la edad e incluso personas con dolencias de espalda o cuello, ya que proporciona una gran flexibilidad y resistencia a la columna vertebral.

Es por ello que la ofertamos en AMATE, además de los beneficios particulares sobre la enfermedad, los cuales se centran principalmente en el tratamiento y prevención de secuelas como el “Linfedema”, el cual se ve mejorado por el bombeo efectuado sobre los miembros superiores del cuerpo al abrir y cerrar la mano en la técnica correcta de la Marcha Nórdica.

#### 4 Datos de interés de las pacientes

Como se comentó más arriba, se ha atendido un total de **1.255** personas. De ellas, **1.079** han padecido cáncer de mama, mientras que el resto se divide en usuarios de la Asociación no afectados/as por la enfermedad, pacientes de otros tipos de cáncer y personas que pertenecen a la población residente a los municipios con necesidades físicas específicas.

La edad media de las mujeres afectadas por cáncer de mama es de 51.16 años. Cabe destacar que durante no acudió ninguna persona menor de 28 años; y una sola mayor de 81. Mientras que destacan hacia la parte central los intervalos de 40 a 59 como de mayor incidencia del cáncer de mama.





#### **4.1 Tipos de tratamientos:**

Los tipos de tratamiento con los que llegan las pacientes son los siguientes:

- Quimioterapia
- Cirugía (Tumorectomía o mastectomía)
- Radioterapia
- Quimioterapia y radioterapia
- Hormonoterapia
- Inmunoterapia
- Braquiterapia

#### **4.2 Fase en la que acuden a consulta:**

A lo largo del año han llegado pacientes en las siguientes fases:

- Fase de diagnóstico
- Fase de tratamiento
- Fase de supervivencia
- Fase de diagnóstico de recidiva o metástases

### **5 Cuestiones que mejorar.**

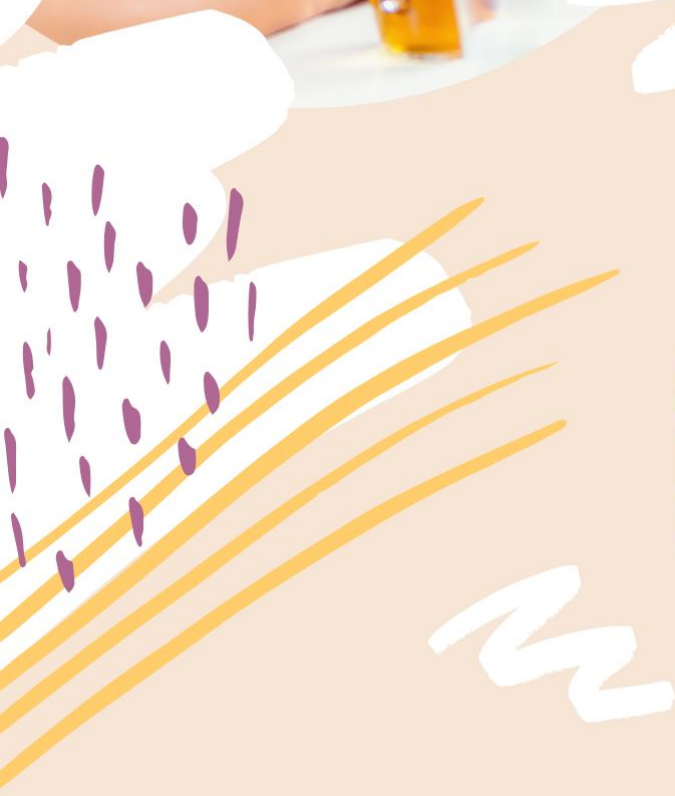
Para finalizar, se plantean los elementos a mejorar para ofrecer un servicio de mayor calidad a las pacientes.

Sería ideal ampliar la sala de entrenamiento, conseguir máquinas que nos ayuden a alcanzar los objetivos planteados anteriormente de la manera más eficiente posible.

Es un área con mucha proyección y crecimiento, por lo que hay posibilidades de mejoras tanto en la profesionalización, ya que es necesario personal formado y competente que entienda la prescripción del ejercicio como método coadyuvante a los tratamientos convencionales.

# NUTRICIÓN

---





## 1. Introducción

El servicio de Nutrición de nuestra organización está conformado por una nutricionista. En colaboración con otros profesionales de la entidad, nos dedicamos a potenciar la calidad de vida de las personas que han enfrentado o enfrentan enfermedades a través de la mejora de sus hábitos alimenticios.

Los objetivos primordiales de nuestro servicio son los siguientes:

- Mejorar la calidad de vida de los pacientes con diagnóstico oncológico.
- Educar con el propósito de preservar la salud y fomentar estilos de vida saludables.
- Desarrollar pautas dietéticas personalizadas para cada usuario.

A continuación, adjuntamos un cuadro que detalla las sedes de atención y los municipios comprendidos por nuestro servicio.

| <b>Sedes de atención</b>          | <b>Municipios comprendidos</b>                            |
|-----------------------------------|---|
| <b>Santa Cruz de Tenerife</b>     | Santa Cruz de Tenerife, Candelaria, Arafo, Güimar, Fasnia |
| <b>San Cristóbal de La Laguna</b> | San Cristóbal de La Laguna, Tegueste, El Rosario          |
| <b>Guía de Isora</b>              | Guía de Isora, Adeje                                      |
| <b>Arona</b>                      | Arona, Adeje, San Miguel                                  |
| <b>Puerto de la Cruz</b>          | Puerto de la Cruz, Santa Úrsula, La Orotava               |
| <b>La Palma</b>                   | La Palma (toda la isla)                                   |
| <b>El Hierro</b>                  | El Hierro (toda la isla)                                  |

Cuadro 1. Sedes en las que se ha prestado el servicio de nutrición



## 2. Datos cuantitativos

### 2.1 Personas atendidas en el servicio de nutrición de ÁMATE

El servicio de nutrición comenzó el 6 de octubre de 2023, y a medida que avanzó el año, ha logrado atraer la participación de un total de 63 personas que se benefician de manera activa de los servicios proporcionados.

| <b>Pacientes de cáncer de mama</b> | <b>Familiares</b> | <b>Pacientes (otros tipos de cáncer)</b> | <b>Otros</b> |
|------------------------------------|-------------------|--|--------------|
| 59                                 | 1                 | 3  | 0            |

Cuadro 2. Número total de pacientes atendidos/as en 2023

De entre las actuales 63 usuarias que forman parte de nuestro servicio, es relevante destacar que la gran mayoría, específicamente 59 de ellas, padecen o han padecido un cáncer de mama.

Adicionalmente, se ha atendido a un usuario que presenta un diagnóstico de cáncer de próstata, una paciente con cáncer de útero, otra usuaria con cáncer de páncreas, y una más está utilizando nuestros servicios en calidad de familiar de alguien que ha sido afectado por cáncer de mama.

### 2.2 Número de personas atendidas según zona de procedencia

| <b>Municipio</b>  | <b>Número de personas atendidas</b> |
|-------------------|-------------------------------------|
| <b>La Laguna</b>  | <b>22</b>                           |
| <b>Tegueste</b>   | <b>1</b>                            |
| <b>El Rosario</b> | <b>2</b>                            |

|                            |           |
|----------------------------|-----------|
| <b>El Tanque</b>           | <b>1</b>  |
| <b>La Orotava</b>          | <b>1</b>  |
| <b>Puerto de la Cruz</b>   | <b>5</b>  |
| <b>Santa Cruz</b>          | <b>18</b> |
| <b>Adeje</b>               | <b>2</b>  |
| <b>Arafo</b>               | <b>1</b>  |
| <b>Arona</b>               | <b>2</b>  |
| <b>Granadilla de Abona</b> | <b>1</b>  |
| <b>Candelaria</b>          | <b>2</b>  |
| <b>La Palma</b>            | <b>1</b>  |
| <b>El Hierro</b>           | <b>2</b>  |
| <b>San Miguel de Abona</b> | <b>1</b>  |
| <b>Santa Úrsula</b>        | <b>1</b>  |

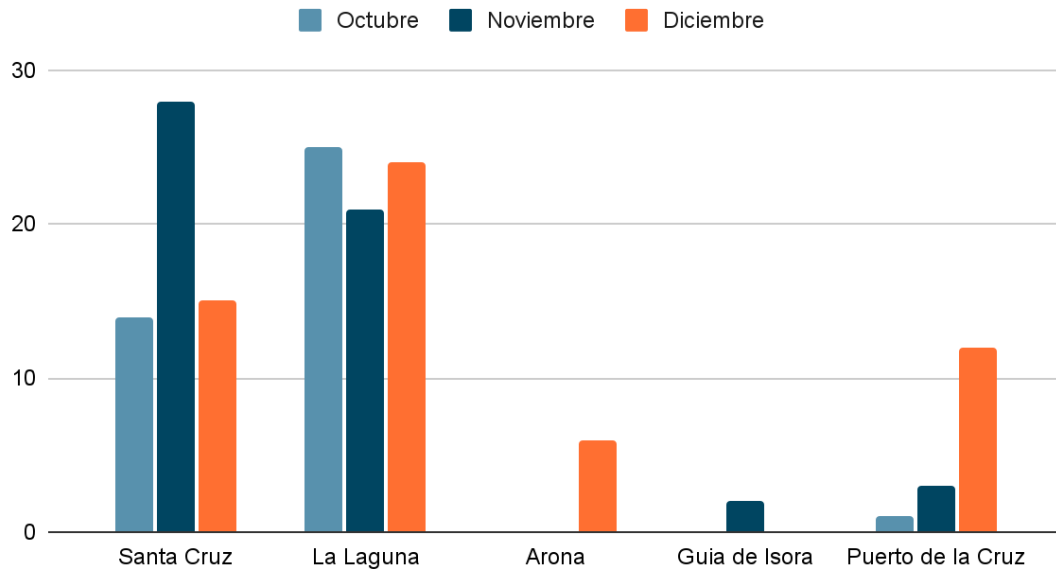
Cuadro 3. Personas atendidas en cada municipio/isla.

### 2.3 Número de atenciones por municipios.

| <b>Municipio</b>         | <b>Número de atenciones</b> |
|--------------------------|-----------------------------|
| <b>La Laguna</b>         | <b>63</b>                   |
| <b>Santa Cruz</b>        | <b>61</b>                   |
| <b>Puerto de la Cruz</b> | <b>16</b>                   |
| <b>Arona</b>             | <b>9</b>                    |
| <b>Guía de Isora</b>     | <b>2</b>                    |

## 2.4 Atenciones individuales por meses

### Octubre, Noviembre y Diciembre



Gráfica 1. Número de atenciones individuales mensuales en 2023

La presente gráfica ilustra el número de atenciones a pacientes a lo largo de los meses de octubre, noviembre y diciembre, ofreciendo una visión detallada de la carga asistencial en nuestro servicio. Al realizar una comparación entre las sedes principales, Santa Cruz y La Laguna, se destaca una clara inclinación hacia un mayor número de atenciones en la sede de La Laguna. Esta diferencia notable podría explicarse por el hecho de que nuestro servicio se encuentra disponible tres días a la semana en La Laguna, en contraposición a los dos días en Santa Cruz.

Durante el mes de diciembre, en la sede de Santa Cruz, se evidenció una notable reducción en el número de atenciones, fenómeno atribuible a varios factores, como la presencia de días festivos, la temporada de vacaciones y la posible movilización de la profesional a otras sedes. Además, dado el contexto navideño, es plausible que la disminución se haya visto influida por la preferencia de las personas por retrasar sus citas, considerando las festividades y la planificación de eventos familiares.



En la sede de Puerto de la Cruz, la cantidad de atenciones muestra una tendencia ascendente. Este aumento podría deberse a un aumento de derivaciones por parte del servicio de fisioterapia.

En las sedes de Guía de Isora y Arona, se han registrado atenciones exclusivamente durante los meses de noviembre y diciembre, respectivamente, debido a la solicitud expresa de las pacientes que demandan el servicio en esos periodos específicos.

### 2.5 Altas y personas que siguen activas en el servicio

- Pacientes dados/as de alta: 2

| Municipio                  | Nº de personas dadas de alta |
|----------------------------|------------------------------|
| <b>La Laguna</b>           | <b>1</b>                     |
| <b>Granadilla de Abona</b> | <b>1</b>                     |

En este periodo, solo dos pacientes han sido dadas de alta, ambas de manera voluntaria, no por decisión del profesional.

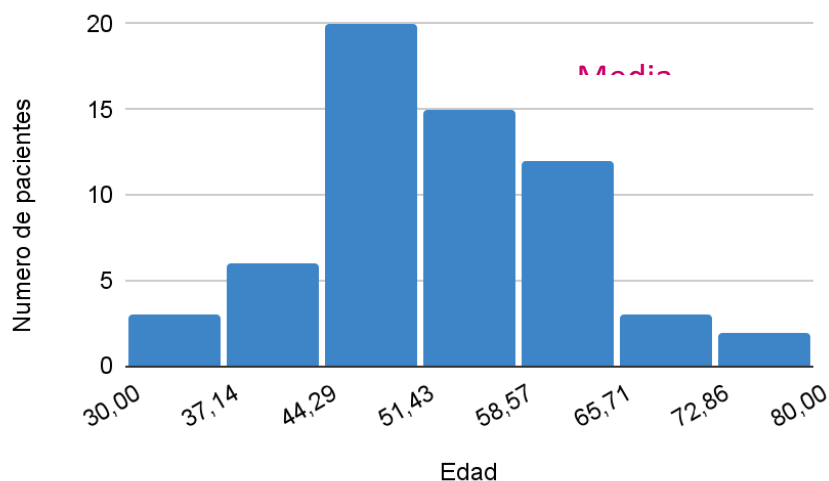
- Pacientes que siguen activos/as en el servicio: 61

| Municipio                | Nº de personas en el servicio |
|--------------------------|-------------------------------|
| <b>La Laguna</b>         | <b>21</b>                     |
| <b>Tegueste</b>          | <b>1</b>                      |
| <b>El Rosario</b>        | <b>2</b>                      |
| <b>El Tanque</b>         | <b>1</b>                      |
| <b>La Orotava</b>        | <b>1</b>                      |
| <b>Puerto de la Cruz</b> | <b>5</b>                      |
| <b>Santa Cruz</b>        | <b>18</b>                     |

|                            |          |
|----------------------------|----------|
| <b>Adeje</b>               | <b>2</b> |
| <b>Arafo</b>               | <b>1</b> |
| <b>Arona</b>               | <b>2</b> |
| <b>Candelaria</b>          | <b>2</b> |
| <b>La Palma</b>            | <b>1</b> |
| <b>El Hierro</b>           | <b>2</b> |
| <b>San Miguel de Abona</b> | <b>1</b> |
| <b>Santa Úrsula</b>        | <b>1</b> |

### 3. Datos de interés de las pacientes

#### 3.1 Edad media



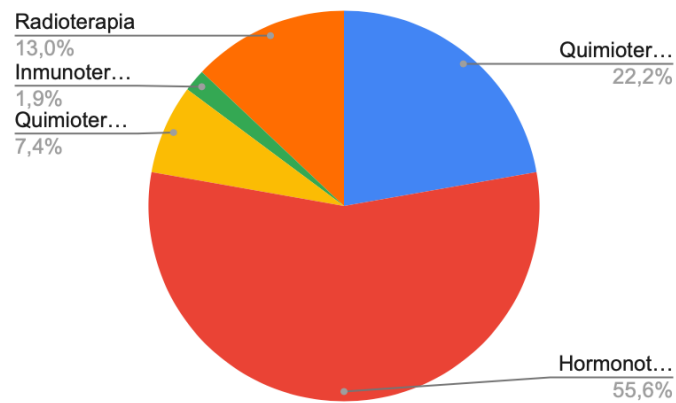
Gráfica 3. Edad media de las pacientes de cáncer de mama

En el conjunto de usuarias que forman parte del servicio, se observa una diversidad en las edades, abarcando desde la persona más joven con 34 años hasta la más mayor con 76 años. Cabe destacar que, en promedio, la edad de los usuarios se sitúa en 52 años,



### 3.2 Tipos de tratamientos.

- Quimioterapia: 12
- Radioterapia: 7
- Hormonoterapia: 30
- Quimioterapia e inmunoterapia: 4
- Inmunoterapia: 1

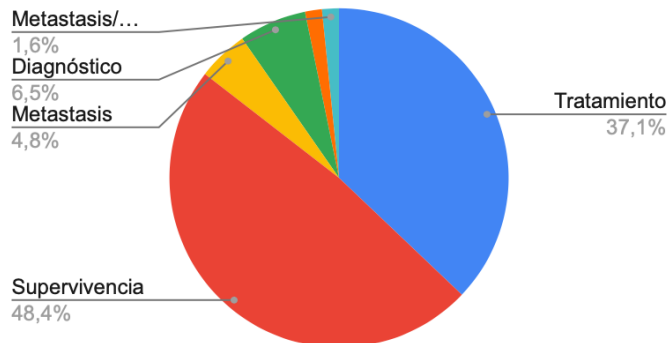


Gráfica 4. Tipos de tratamiento

### 3.5 Fase en la que acuden a consulta.

- Fase de diagnóstico: 4
- Fase de tratamiento: 23
- Fase de supervivencia: 30
- Fase de diagnóstico de recidiva o metástasis: 5

### Recuento de Fase



Gráfica 5. Fase en la que las pacientes acuden a consulta

#### 4. Objetivos para el 2024.

Los objetivos planteados para el 2024 son los siguientes:

- **Promover la salud desde la nutrición como máxima del servicio:**
  - Fortalecer la conciencia sobre la importancia de la nutrición en la salud integral, destacando su papel fundamental en el bienestar de los usuarios.
- **Impartir al menos 4 talleres sobre psiconutrición y etiquetado alimentario:**
  - Ofrecer conocimientos especializados que aborden la conexión entre la salud mental y la alimentación, al mismo tiempo que se proporciona información clara sobre el etiquetado de alimentos para una toma de decisiones informada.
- **Incrementar el número de atenciones mensuales:**
  - Desarrollar estrategias de divulgación y sensibilización para atraer a un mayor número de usuarios, asegurando así un impacto positivo y una cobertura más amplia.
- **Reducir el absentismo y las cancelaciones injustificadas de las citas:**



- Implementar recordatorios regulares y servicios de seguimiento para fortalecer la adherencia de los usuarios a sus citas, al tiempo que se evalúan las posibles barreras que contribuyen al ausentismo.
- **Fomentar la participación activa de los usuarios en el servicio:**
  - Establecer canales de retroalimentación para entender las necesidades y expectativas de los usuarios, promoviendo una participación más activa en su propio proceso de cuidado nutricional.

# ESTÉTICA ONCOLÓGICA

---





## 1. Introducción

El área de estética oncológica, dentro de la *Asociación de Cáncer de Mama de Tenerife*, se encarga de atender a aquellas personas que han recibido, en su gran mayoría, un diagnóstico de cáncer de mama.

El objetivo del servicio de estética, es el de atender las necesidades que puedan presentar los/as pacientes antes, durante y después de los diferentes tratamientos oncológicos, y principalmente, mientras duren los efectos secundarios derivados de la quimioterapia, dentro del ámbito de nuestras competencias. Para ello seguimos un protocolo de atenciones basado en tres aspectos principales: las **asesorías individuales**, las **atenciones integrales** y las **asesorías grupales o talleres**.

Durante las **atenciones individuales** se produce nuestro primer contacto con el/la paciente, en el que recogemos sus datos, recomendamos los cuidados estéticos sobre el cabello, piel y uñas que pueden llevar a cabo para prevenir y paliar los posibles efectos secundarios y se les resuelven las dudas e inquietudes que les pudieran surgir sobre los cuidados estéticos que pueden adoptar en casa, así como sobre la cosmética adecuada a utilizar durante el proceso.

Los **tratamientos de estética oncológica integral** están orientados principalmente al cuidado de la piel de manos, pies y uñas y su seguimiento mientras perduren los efectos secundarios, así como los tratamientos destinados a la recuperación de la piel tras la radioterapia. Estos efectos secundarios suelen abarcar desde el inicio de tratamiento de la quimioterapia hasta el transcurso de año y medio o dos años posteriores al tratamiento.

Las atenciones se realizarán en función a la **prioridad** que hemos establecido previamente durante la asesoría individual, basada en el momento en el que se encuentren y primordialmente sobre los efectos secundarios que presenten, quedando establecida de la siguiente manera:



- **Prioridad 1.** Pacientes en quimioterapia o que presentan efectos secundarios importantes.
- **Prioridad 2.** Pacientes en radioterapia o que mantienen efectos secundarios de la quimioterapia u otros tratamientos oncológicos.
- **Prioridad 3.** Seguimiento. Control de la evolución de los/as pacientes una vez que han mejorado los efectos secundarios y mantenimiento de los casos cronicados.

Con respecto a las **atenciones grupales**, se realizan talleres teórico-prácticos, ajustados a las necesidades del paciente, que pretenden reforzar, poner en práctica y hacer más dinámica la información trasladada en las asesorías individuales.

El área de estética oncológica, con el objetivo de fomentar el autocuidado, ofrece **charlas** dirigidas a las pacientes, a las personas que deseen conocer el servicio y a la población en general. Además, participa en la **formación** de nuevos profesionales realizando charlas y ponencias en institutos privados, públicos y otros centros colaboradores.

Otra de las labores realizadas durante el transcurso de este año, ha consistido en la **tutorización** de alumnos en prácticas de estética del Centro Integrado de Formación Profesional Las Indias, además de participar en la realización de **bodypainting** en diversos desfiles.

Actualmente, para cumplir con los objetivos y realizar estos servicios, el área de estética oncológica cuenta con tres profesionales, que se desplazan entre las diferentes sedes con las que cuenta la asociación. La duración de los servicios individualizados oscila los 60 minutos mientras que la realización de talleres comprende una duración entre 2 y 3 horas.

Adjuntamos cuadro de las sedes de atención y los municipios en los que se ha prestado el servicio de estética oncológica durante 2023 (cuadro 1)

| <i>Sedes de atención</i> | <i>Municipios comprendidos</i> |
|--------------------------|--------------------------------|
|--------------------------|--------------------------------|

|                                   |   |
|-----------------------------------|---|
| <b>Santa Cruz de Tenerife</b>     | Santa Cruz de Tenerife, Candelaria, Arafo, Güimar, Fasnia |
| <b>San Cristóbal de La Laguna</b> | San Cristóbal de La Laguna, Tegueste, El Rosario          |
| <b>Guía de Isora</b>              | Guía de Isora, Santiago del Teide, Adeje                  |
| <b>Arona</b>                      | Arona   |
| <b>Icod de los Vinos</b>          | Icod de los Vinos, El Tanque                              |
| <b>Los Silos</b>                  | Los Silos, Buenavista del Norte, Garachico                |
| <b>La Matanza de Acentejo</b>     | La Matanza, Tacoronte, La Victoria, El Sauzal             |
| <b>La Orotava</b>                 | La Orotava  |
| <b>Puerto de la Cruz</b>          | Puerto de la Cruz, Los Realejos                           |
| <b>Santa Úrsula</b>               | Santa Úrsula  |
| <b>San Miguel de Abona</b>        | San Miguel de Abona, Vilaflor, Granadilla, Arico          |
| <b>La Guancha</b>                 | La Guancha, San Juan de la Rambla                         |
| <b>La Palma</b>                   | La Palma (toda la isla)                                   |
| <b>La Gomera</b>                  | La Gomera (toda la isla)                                  |
| <b>El Hierro</b>                  | El Hierro (toda la isla)                                  |

Cuadro 1. Sedes en las que se ha prestado el servicio de estética oncológica durante el año 2023

## 2. Datos cuantitativos

### 2.1 Personas atendidas en el servicio de Estética Oncológica de ÁMATE

En 2023 se ha atendido un total de **364** personas en toda la provincia, que incluyen pacientes de cáncer de mama, pacientes con otros tipos de cáncer y personas con otras afecciones detallados a continuación (cuadro 2).



| Pacientes de cáncer de mama | Pacientes (otros tipos de cáncer) | Otras afecciones |
|-----------------------------|-----------------------------------|------------------|
| 354                         | 8                                 | 2                |

Cuadro 2. Número total de pacientes atendidos/as en 2023

Como puede observarse en la tabla, a lo largo del año 2023 se ha atendido a un total de **354** pacientes de cáncer de mama y **8** pacientes que presentaban un diagnóstico de otro tipo de cáncer y 2 pacientes de otras afecciones.

### 2.2 Número de personas atendidas según zona de procedencia

| <u>Municipio</u>      | <u>Número de personas atendidas</u> |
|-----------------------|-------------------------------------|
| La Laguna             | <b>38</b>                           |
| Granadilla            | <b>1</b>                            |
| Los Realejos          | <b>7</b>                            |
| El Sauzal             | <b>1</b>                            |
| El Rosario            | <b>3</b>                            |
| Santiago del Teide    | <b>1</b>                            |
| Icod de los Vinos     | <b>11</b>                           |
| La Guancha            | <b>4</b>                            |
| La Orotava            | <b>15</b>                           |
| Los Silos             | <b>2</b>                            |
| Garachico             | <b>1</b>                            |
| Puerto de la Cruz     | <b>9</b>                            |
| San Juan de la Rambla | <b>5</b>                            |
| Santa Cruz            | <b>181</b>                          |
| Adeje                 | <b>4</b>                            |
| Buenavista            | <b>1</b>                            |
| Arona                 | <b>24</b>                           |



|                            |           |
|----------------------------|-----------|
| <b>Candelaria</b>          | <b>11</b> |
| <b>Guía de Isora</b>       | <b>11</b> |
| <b>Güímar</b>              | <b>0</b>  |
| <b>La Gomera</b>           | <b>0</b>  |
| <b>La Matanza</b>          | <b>6</b>  |
| <b>La Palma</b>            | <b>4</b>  |
| <b>La Victoria</b>         | <b>1</b>  |
| <b>El Hierro</b>           | <b>1</b>  |
| <b>San Miguel de Abona</b> | <b>2</b>  |
| <b>Santa Úrsula</b>        | <b>15</b> |
| <b>Tacoronte</b>           | <b>5</b>  |

Cuadro 3. Personas atendidas en cada municipio/isla.

### 2.3 Número de atenciones por municipios.

| <u>Municipio</u>          | <u>Número de atenciones</u> |
|---------------------------|-----------------------------|
| <b>La Laguna</b>          | <b>132</b>                  |
| <b>Granadilla</b>         | <b>1</b>                    |
| <b>Los Realejos</b>       | <b>59</b>                   |
| <b>El Sauzal</b>          | <b>1</b>                    |
| <b>El Rosario</b>         | <b>3</b>                    |
| <b>Santiago del Teide</b> | <b>7</b>                    |
| <b>Icod de los Vinos</b>  | <b>60</b>                   |
| <b>La Guancha</b>         | <b>14</b>                   |
| <b>La Orotava</b>         | <b>76</b>                   |
| <b>Los Silos</b>          | <b>16</b>                   |
| <b>Garachico</b>          | <b>10</b>                   |
| <b>Puerto de la Cruz</b>  | <b>47</b>                   |

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| San Juan de la Rambla | 27  |
| Santa Cruz            | 208 |
| Adeje                 | 8   |
| Buenavista            | 6   |
| Arico                 | 13  |
| Arona                 | 21  |
| Candelaria            | 13  |
| Guía de Isora         | 36  |
| Güímar                | 0   |
| La Gomera             | 0   |
| La Matanza            | 47  |
| La Palma              | 4   |
| La Victoria           | 9   |
| El hierro             | 1   |
| San Miguel de Abona   | 3   |
| Santa Úrsula          | 103 |
| Tacoronte             | 28  |

Cuadro 4. Número de atenciones en cada municipio/isla.

#### 2.4 Número de servicios por municipios.

| <u>Municipio</u>   | <u>Número de servicios</u> |
|--------------------|----------------------------|
| La Laguna          | 237                        |
| Granadilla         | 1                          |
| Los Realejos       | 89                         |
| El Sauzal          | 1                          |
| El Rosario         | 4                          |
| Santiago del Teide | 13                         |

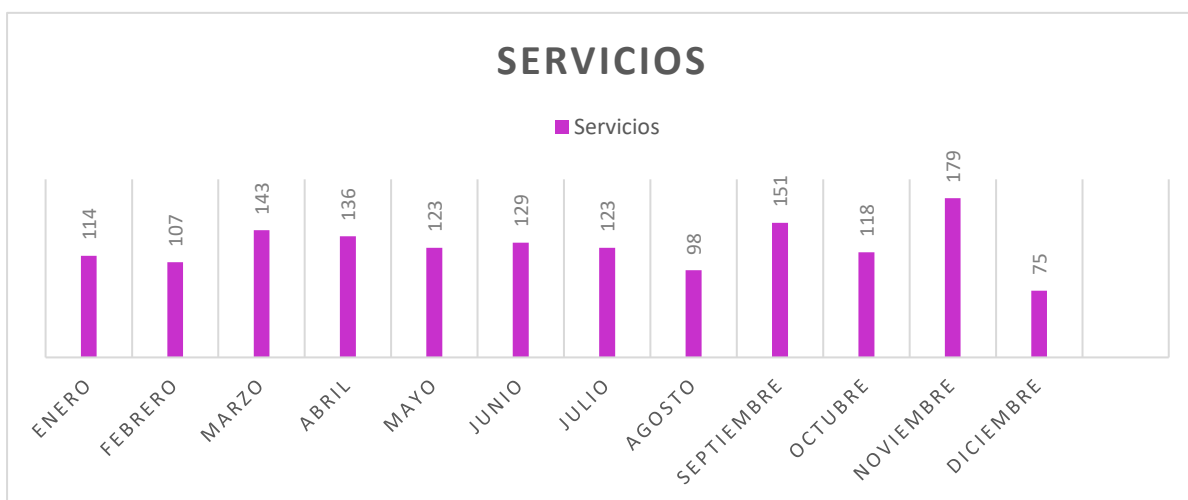
|                       |            |
|-----------------------|------------|
| Icod de los Vinos     | <b>115</b> |
| La Guancha            | <b>25</b>  |
| La Orotava            | <b>112</b> |
| Los Silos             | <b>17</b>  |
| Garachico             | <b>20</b>  |
| Puerto de la Cruz     | <b>82</b>  |
| San Juan de la Rambla | <b>49</b>  |
| Santa Cruz            | <b>276</b> |
| Adeje                 | <b>15</b>  |
| Buenavista            | <b>9</b>   |
| Arico                 | <b>4</b>   |
| Arona                 | <b>42</b>  |
| Candelaria            | <b>17</b>  |
| Guía de Isora         | <b>51</b>  |
| Güímar                | <b>0</b>   |
| La Gomera             | <b>0</b>   |
| La Matanza            | <b>79</b>  |
| La Palma              | <b>4</b>   |
| La Victoria           | <b>17</b>  |
| El hierro             | <b>1</b>   |
| San Miguel de Abona   | <b>5</b>   |
| Santa Úrsula          | <b>169</b> |
| Tacoronte             | <b>46</b>  |

Cuadro 5. Número de servicios en cada municipio/isla.

## 2.5 Atenciones individuales por meses



Gráfica 1. Número de atenciones individuales mensuales en 2023



Gráfica 2. Número de servicios individuales mensuales en 2023

Como se puede observar en las gráficas anteriores, el promedio tanto de atenciones como de servicios se mantiene estable a lo largo de los meses, exceptuando los meses de agosto y diciembre que coinciden con periodo vacacional.

El **total** de atenciones realizadas a lo largo del año 2023 asciende a **953**, tratándose de atenciones tanto presenciales como telefónicas. El **total** de servicios en 2023 asciende a **1500**.



## 2.5 Atenciones grupales /talleres

Durante el año 2023 se elaboraron e impartieron diferentes talleres teórico-prácticos ajustados a las necesidades de los/as pacientes, también realizamos charlas y ponencias a la que asisten pacientes, personas interesadas en conocer qué servicios llevamos a cabo y cuáles son los cuidados estéticos que pueden realizar los pacientes oncológicos. También profesionales de la estética en aquellas ponencias que realizamos en institutos públicos, privados u otros centros.

Los distintos talleres y charlas que se imparten generalmente desde el área se detallan a continuación:

### Automaquillaje para el paciente oncológico

El objetivo principal de este taller es el de ofrecer a la paciente una guía y asesoría de cómo aprovechar y sacar el mayor partido del maquillaje que suelen utilizar habitualmente. Consta de una parte teórica como introducción, con los conceptos básicos sobre la preparación de la piel antes del maquillaje y el paso a paso de un maquillaje natural de día.

Seguidamente, comienza la parte práctica en la que cada una desarrolla los conceptos desarrollados en la parte teórica.

### Cuidados de manos y pies en el paciente oncológico

En este taller hacemos una introducción básica sobre el asesoramiento y tratamiento en cabina por parte de la profesional de la estética oncológica de los posibles efectos secundarios del tratamiento oncológico en manos y pies. Además, hablamos de los principios activos presentes en los cosméticos más recomendables durante y después del proceso oncológico. Está estructurado en dos partes, una parte teórica, basada en la asesoría al paciente durante el proceso oncológico con una guía final sobre el mantenimiento de manos y pies en casa y una parte práctica en la que cada persona lleva a la práctica esa guía que hemos desarrollado durante el taller.

### Cuidados básicos de la piel en el paciente oncológico



Taller en el que hacemos un recorrido por la piel y sus efectos secundarios durante el tratamiento oncológico. Hacemos un recorrido por cada parte afectada, desde el cuero cabelludo, rostro, senos así como el cuerpo en general tratando las recomendaciones y cuidados a tener en cuenta durante los diferentes tratamientos oncológicos. También hacemos un inciso en los activos a evitar en la cosmética convencional.

### La protección solar en el paciente oncológico

En este taller hablamos sobre los factores que influyen más a la hora de escoger una protección solar adecuada tanto durante como después del proceso oncológico, asesorando a las pacientes sobre los distintos foto tipos de piel y las recomendaciones a seguir para una adecuada exposición solar.

### Cuidados específicos de las pestañas y las cejas del paciente oncológico

El objetivo de este taller es mostrar al paciente las técnicas que existen respecto al cuidado tanto de las cejas como de las pestañas antes, durante y después del proceso y tratamiento médico oncológico. Consta de una demostración del diseño y dibujo de las cejas aprendiendo cuales son las tonalidades y pigmentos, así como los materiales más adecuados para el cuidado personal en función de la necesidad de cada paciente.

### Principios activos cosméticos y productos adecuados para el paciente oncológico, mitos:

Con este taller, los participantes aprenderán a diferenciar los principios activos y productos más adecuados para cada parte del proceso, recomendado el lugar dónde adquirirlos y desmitificando determinadas creencias que se convierten finalmente en recomendaciones que las personas se pasan unas a otras mediante el boca a boca, que, aunque son con la mejor intención, suelen ser erróneas. Se respetará el proceso médico en el que no intervendrá la esteticista



Consta de una parte en la que los pacientes traen los productos de su casa y nosotras separamos los que son más convenientes aplazando por el momento los menos recomendados y añadiendo los más necesarios.

### [El tratamiento oncológico hidrotermal, cómo y cuándo utilizar un circuito termal o spa](#)

El principal objetivo de este taller es conocer los agentes hidrotermales: el agua, las arcillas y los barros.

Conocerán cuándo se pueden utilizar, para que cuando se acuda de vacaciones a un hotel o spa o simplemente con la intención de pasar un día de relax, comprender qué tratamientos pueden recibir, cuáles están contraindicados y cómo realizar un circuito termal seguro en las piscinas de las instalaciones.

### [Taller de los sentidos](#)

Con el taller de los sentidos el objetivo es disfrutar del tacto, el aroma, y el ambiente de relajación que ofrecemos mediante un autotratamiento que se realizará el paciente guiado por la esteticista oncológica y una psico oncóloga que complementa el taller con una relajación posterior.

### [Asesoría en imagen personal específica para pacientes oncológicos](#)

El objetivo de este taller es enseñar a las personas que participan en él a sentirse mejor sacándole mayor partido a su imagen personal mediante la indumentaria y/o complementos. Se trata de una práctica entretenida combinada con imágenes virtuales en la que la persona que participa descubrirá las tonalidades y texturas, así como las prendas que más favorecerán su imagen.

| Nombre del taller              | Lugar de Impartición   | N.º de imparticiones  |
|--------------------------------|--|---|
| <b>Automaquillaje</b>          | S/C Tenerife<br>La Laguna<br>La Matanza<br>Santa Úrsula<br>La Orotava<br>Puerto de la Cruz<br>La Guancha<br>Icod de los Vinos<br>Guía de Isora<br>Arona<br>San Miguel de Abona<br>La Palma<br>El Hierro<br>La Gomera | <br><br><br><br><br><br><br>1<br>1  |
| <b>Cuidado de manos y pies</b> | S/C Tenerife<br>La Laguna<br>La Matanza<br>Santa Úrsula<br>La Orotava<br>Puerto de la Cruz<br>La Guancha<br>Icod de los Vinos<br>Guía de Isora<br>Arona<br>San Miguel de Abona<br>La Palma<br>El Hierro              | <br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br><br>1 |



|  |                         |   |
|--|-------------------------|---|
|  | La Gomera               |   |
| <b>Cuidados básicos de la piel</b>                   | S/C Tenerife            | 1 |
|  | La Laguna               | 1 |
|  | La Matanza              | 1 |
|  | Santa Úrsula            |   |
|  | La Orotava              |   |
|  | Puerto de la Cruz       | 2 |
|  | La Guancha              |   |
|  | Icod de los Vinos       |   |
|  | Santiago del Teide      | 1 |
|  | Arona                   |   |
|  | San Miguel de Abona     |   |
|  | Granadilla (San Isidro) | 1 |
|  | La Palma                | 1 |
|  | El Hierro               |   |
|  | La Gomera               |   |
| <b>La protección solar en el paciente oncológico</b> | S/C Tenerife            |   |
|  | La Laguna               |   |
|  | La Matanza              | 1 |
|  | Santa Úrsula            | 1 |
|  | La Orotava              | 1 |
|  | Puerto de la Cruz       |   |
|  | La Guancha              |   |
|  | Icod de los Vinos       | 1 |
|  | Santiago del Teide      | 1 |
|  | Arona                   |   |
|  | San Miguel de Abona     |   |
|  | La Palma                |   |
|  | El Hierro               |   |

|  |                     |   |
|--|---------------------|---|
|  | La Gomera           |   |
| <b>Preparación de la piel previo al maquillaje</b> | S/C Tenerife        | 3 |
|  | La Laguna           |   |
|  | La Matanza          |   |
|  | Santa Úrsula        |   |
|  | La Orotava          |   |
|  | Puerto de la Cruz   |   |
|  | La Guancha          | 1 |
|  | Icod de los Vinos   |   |
|  | Guía de Isora       |   |
|  | Arona               |   |
|  | San Miguel de Abona |   |
| <b>Oncología estética capilar y pañuelos</b>       | S/C Tenerife        | 2 |
|  | La Laguna           | 1 |
|  | La Matanza          |   |
|  | Santa Úrsula        |   |
|  | La Orotava          |   |
|  | Puerto de la Cruz   | 2 |
|  | La Guancha          |   |
|  | Icod de los Vinos   |   |
|  | Guía de Isora       |   |
|  | Arona               |   |
|  | San Miguel de Abona |   |
|  | La Palma            |   |
|  | El Hierro           |   |
| La Gomera  |                     |   |

Cuadro 4. Talleres impartidos desde el área de estética oncológica

## 2.6 Altas y personas que siguen activas en el servicio

- Pacientes dados/as de alta: **58**

| <u>Municipio</u>    | <u>N.º de personas dadas de alta</u> |
|---------------------|--------------------------------------|
| La Laguna           | 6                                    |
| Icod de los Vinos   | 4                                    |
| La Guancha          | 4                                    |
| La Orotava          | 5                                    |
| Puerto de la Cruz   | 3                                    |
| Santa Cruz          | 12                                   |
| Arona               | 13                                   |
| La Matanza          | 0                                    |
| Santa Úrsula        | 2                                    |
| San Miguel de Abona | 1                                    |
| Guía de Isora       | 5                                    |
| La Palma            | 1                                    |
| El Hierro           | 1                                    |

- Pacientes que siguen activos/as en el servicio: **283**

| <u>Municipio</u>  | <u>N.º de personas en el servicio</u> |
|-------------------|---------------------------------------|
| La Laguna         | 28                                    |
| El Rosario        | 2                                     |
| Los Realejos      | 7                                     |
| Icod de los Vinos | 8                                     |
| La Guancha        | 3                                     |
| La Orotava        | 10                                    |
| Los Silos         | 1                                     |

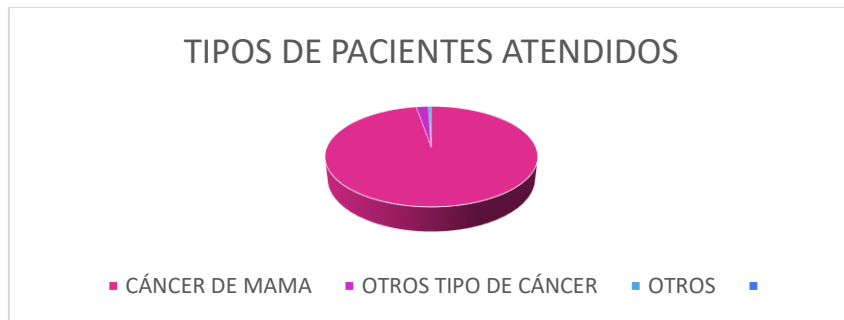
|                        |     |
|------------------------|-----|
| Garachico              | 1   |
| Puerto de la Cruz      | 6   |
| San Juan de la Rambla  | 2   |
| Santa Cruz             | 183 |
| Adeje                  | 3   |
| Tacoronte              | 5   |
| Arona                  | 5   |
| San Miguel de Abona    | 1   |
| Candelaria             | 2   |
| La Matanza             | 5   |
| Santa Úrsula           | 13  |
| Guía de Isora          | 6   |
| Buenavista             | 1   |
| Santiago del Teide     | 1   |
| El Sauzal              | 1   |
| La Victoria            | 1   |
| Santa Cruz de La Palma | 0   |
| La Gomera              | 4   |
| El Hierro              | 1   |
| La Palma               | 6   |

- Pacientes fallecidos/as: **3**

| <u>Municipio</u> | <u>N.º de personas fallecidas</u> |
|------------------|-----------------------------------|
| La Laguna        | 1                                 |
| El Hierro        | 1                                 |
| La Palma         | 1                                 |

### 3. Datos de interés de las pacientes

#### 3.1 Tipos de pacientes



Gráfica 2. Tipo de pacientes atendidos/as

En la tabla podemos observar, que durante el año 2023 se han atendido un **total** de **354** pacientes con cáncer de mama, representando el **97,8%** de las atenciones. Seguido de **8** pacientes que presentan otros tipos de cáncer, con un **2,21%** del total y de otras afecciones 2 pacientes con un 1% de las atenciones.

A continuación, exponemos las diferentes **tipologías de cáncer** que presentaron las pacientes atendidas en 2023 (cuadro 5)

|                     |          |
|---------------------|----------|
| <b>Colorrectal</b>  | <b>1</b> |
| <b>Osteosarcoma</b> | 1        |
| <b>Mama</b>         | 352      |
| <b>Ovario</b>       | 5        |
| <b>Linfoma</b>      | 1        |
| <b>Pulmón</b>       | 2        |
| <b>Cerebral</b>     | 2        |

Cuadro 5. Pacientes por tipo de cáncer



### 3.2 Tipos de tratamientos

- Quimioterapia: **343**
- Radioterapia: **260**
- Hormonoterapia: **297**
- Inmunoterapia: **55**

### Objetivos para el 2024

Para finalizar, se plantean los objetivos del próximo año 2024 cuya finalidad es la de seguir mejorando la calidad del servicio.

- Ofrecer un servicio de calidad junto a una atención personalizada a los pacientes con cáncer de mama.
- Seguir desarrollando talleres y charlas que fomenten el conocimiento sobre la estética oncológica entre los pacientes con cáncer de mama.
- Dar mayor visibilidad al servicio de estética oncológica a través de las redes sociales.

# EVENTOS

---





## 1. INTRODUCCIÓN

ÁMATE, Asociación de Cáncer de Mama de Tenerife, cuenta con el programa **ENRÉDATE**, el cual tiene como objetivo normalizar la situación de la enfermedad fomentando la participación de las personas afectadas, así como la sensibilización de la población en general y desde ella se gestionan todas las actividades, eventos y colaboraciones desarrolladas por la asociación, o aquellas en las que participa como colaboradora.

El programa está encaminado al trabajo en red con las AAPP entidades privadas y sociales. Se trata de un conjunto de acciones que tienen como objetivo visibilizar, sensibilizar e informar sobre el cáncer de mama, así como participar con las entidades sociales y Administraciones Públicas. Desde la entidad se pretende acudir a todos los llamamientos de los agentes sociales de la provincia de Santa Cruz de Tenerife.

El proyecto pretende contratar a cinco personas desempleadas con la finalidad de proporcionar servicios a las personas diagnosticadas con cáncer de mama y sus familiares. Además, en la actualidad, y según los datos extraídos del informe realizado por la Sociedad Española de Oncología Médica (SEOM), la incidencia del cáncer de mama se sitúa entre los cinco cánceres más frecuentes en España.

El proyecto está enmarcado dentro de las directrices de la estrategia española, ya que se pretende contratar los máximos trabajadores posibles, y con posibilidad de continuidad. Asimismo, el perfil de las categorías profesionales coincide con los demandados dentro de la estrategia para la contratación, destacando la solicitud de profesionales no cualificados y profesionales cualificados.

En cuanto a la contratación de personas desempleadas, las edades pueden ser menores de 30 años (Sistema Nacional de Garantía Juvenil), como desempleados/as de larga duración y/o mayores de 45 años, así como personas con discapacidad. Para concluir, incidir en el aumento de empleo atendiendo al número de eventos y captación de personas que no conocían el recurso. Cabe recordar que, según información de la





Sociedad Española de Oncología, habrá un aumento de personas diagnosticadas con cáncer de mama, así como recidivas (personas que recaen de su cáncer).

Por tanto, con este programa se busca la sensibilización de la población en general respecto al cáncer de mama, desde otro punto de vista que no sean en el formato charlas/talleres/cursos.

Dentro de este programa se llevan a cabo diferentes acciones:

- Los Puntos de Información: finalidad informar a la sociedad en general del cáncer de mama, así como acercarnos a los lugares donde nos solicitan las entidades privadas y Administraciones Públicas.
- Eventos: que se distinguen en:
  - Los eventos propios de ÁMATE.
  - Las colaboraciones, donde diferentes entidades, empresas, asociaciones, etc. organizan eventos en los que colaboran con nuestra asociación.

De los eventos propios de Ámate este año no se han podido llevar a cabo:

- ✓ El Desfile Benéfico de La Asociación en el Recinto Ferial de Santa Cruz.

### 1. RELACIÓN eventos 2023

| EVENTO                                       | MES   | MUNICIPIO  | VOLUNTARIOS |
|--|-------|------------|-------------|
| 1. SHOW BENÉFICO ARON GÓMEZ: CENA DE EMPRESA | Enero | La Laguna  | 2           |
| 2. MICRO ABIERTO CENTRAL MANRIQUE            | Enero | Santa Cruz | 2           |

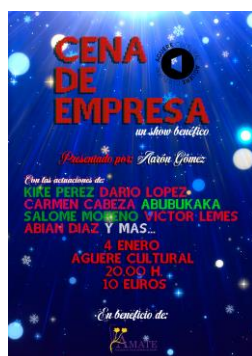
|  |            |                        |    |
|--|------------|------------------------|----|
| 3. CARRERA SOLIDARIA DE LA MUJER LA LAGUNA                                 | Enero      | La Laguna              | 4  |
| 4. PARTIDO CD TENERIFE. ACCIÓN DEL VOLUNTARIADO                            | Febrero    | Santa Cruz de Tenerife | 35 |
| 5. MERCADILLO SOLIDARIO  | Febrero    | Santa Cruz de Tenerife | 6  |
| 6. TORNEO DE PADEL RDAZUL SPORT CENTER                                     | Marzo      | Radazul                | 2  |
| 7. EXPOSICIÓN PARLAMENTO DE CANARIAS.                                      | Marzo      | Santa Cruz             | 2  |
| 8. JORNADAS  | Marzo      | Santa Cruz             | 3  |
| 9. MARCHA SOLIDARIA LA MATANZA   | Marzo      | La Matanza             | 4  |
| 10. THE ONE MARKET   | Marzo      | Puerto de La Cruz      | 6  |
| 11. DESFILE BENÉFICO   | Abril      | Santa Cruz de Tenerife | 25 |
| 12. TRAVESÍA ALCARAVAN   | Abril      | Guía de Isora          | 4  |
| 13. TORNEO DE GOLF RACE TO ITALY   | Mayo       | San Miguel de Abona    | 2  |
| 14. SHOW BENÉFICO HISTORIA STUDIO 54                                       | Mayo       | La Laguna              | 2  |
| 15. MERCADILLO AVDA. PRÍNCIPES ESPAÑA                                      | Mayo       | Santa Cruz             | 5  |
| 16. MESA INFORMATIVA COLEGIO LUTHER KING                                   | Mayo       | La Laguna              | 2  |
| 17. FERIA DE LA SALUD EL MÉDANO  | Mayo       | Granadilla de Abona    | 2  |
| 18. MESA INFORMATIVA COLEGIO LUTHER KING                                   | Mayo       | San Miguel de Abona    | 2  |
| 19. TRAVESÍA A NADO POR RELEVOS ÁMATE TF SUR                               | Junio      | Guía de Isora          | 15 |
| 20. JORNADAS: "LAS CLAVES DE LA LUCHA CONTRA EL CÁNCER: UNAS MISIÓN COMÚN" | Junio      | Santa Cruz             | 4  |
| 21. SHOW ROOM HOTEL MENCEY   | Junio      | Santa Cruz             | 8  |
| 22. SHOW ROOM BREÑA ALTA LA PALMA  | Junio      | Breña Alta             | 2  |
| 23. CAMPEONATO FEMENINO DE BALONCESTO                                      | Julio      | Santa Cruz             | 3  |
| 24. TORNEO DE GOLF LOS CHINYEROS   | Julio      | Adeje                  | 4  |
| 25. MERCADILLO AVDA. PRÍNCIPES ESPAÑA                                      | Agosto     | Santa Cruz de Tenerife | 6  |
| 26. MERCADILLO AVDA. PRÍNCIPES ESPAÑA                                      | Septiembre | Santa Cruz de Tenerife | 6  |
| 27. FERIA DE ARTESANIA GUÍA DE ISORA                                       | Septiembre | Guía de Isora          | 4  |

|   |            |                            |    |
|---|------------|----------------------------|----|
| 28. BODAS SOLIDARIAS                              | Septiembre | Online                     |    |
| 29. CANDELARIA MARCHA POR ELLAS                   | Septiembre | Candelaria                 | 4  |
| 30. I TORNEO FOOTGOLF                             | Septiembre | Arona                      | 4  |
| 31. CAMPAÑA PINKTOBER HOTEL HARD ROCK             | Octubre    | Adeje                      |    |
| 32. CAMPAÑA TUPPERWARE                            | Octubre    | Online                     |    |
| 33. EXPOSICIÓN SANTA ÚRSULA                       | Octubre    | Santa Úrsula               | 2  |
| 34. SUBIDA A TAMAIMO                              | Octubre    | Santiago del Teide         | 1  |
| 35. PRINCESA TESEIDA                              | Octubre    | El Hierro                  |    |
| 36. TRAVESÍA A NADO PLAYA DE LAS TERESITAS        | Octubre    | Santa Cruz de Tenerife     | 15 |
| 37. PRESENTACIÓN LIBRO ROSY                       | Octubre    | Santa Cruz de Tenerife     | 2  |
| 38. PARTIDO BALONCESTO LENOVO                     | Octubre    | San Cristóbal de La Laguna | 2  |
| 39. CUESTACIÓN                                    | Octubre    | VArios                     | 65 |
| 40. FEBODA  | Octubre    | Santa Cruz de Tenerife     | 8  |
| 41. JORNADAS ÁMATE. HOTEL SILKEN                  | Octubre    | Santa Cruz de Tenerife     | 3  |
| 42. PUNTO INFORMATIVO PARTIDO DE FÚTBOL<br>TEJINA | Octubre    | San Cristóbal de La Laguna | 2  |
| 43. PUNTO INFORMATIVO HUC                         | Octubre    | Santa Cruz de Tenerife     | 2  |
| 44. CAMINATA ICOD DE LOS VINOS                    | Noviembre  | Icods de Los Vinos         | 3  |
| 45. EXPOSALDO                                     | Noviembre  | Santa Cruz de Tenerife     | 20 |
| 46. DESAYUNO SOLIDARIO PISO BARATO                | Noviembre  | Santa Cruz de Tenerife     | 2  |
| 47. JORNADAS ICOD DE LOS VINOS                    | Noviembre  | Icod de Los Vinos          |    |
| 48. BELÉN SOLIDARIO CC NIVARIA                    | Noviembre  | Santa Cruz de Tenerife     |    |
| 49. FERIA DEL VOLUNTARIADO LOS REALEJOS           | Noviembre  | Los Realejos               | 3  |
| 50. CARRERA CEIP ADORACIÓN RODRÍGUEZ<br>AFONSO    | Noviembre  | Guía de Isora              | 2  |
| 51. "MI VIDA" GALA FINAL                          | Diciembre  | La Orotava                 |    |
| 52. PRESENTACIÓN LIBRO SIGO SIENDO YO             | Diciembre  | Santa Cruz de Tenerife     | 1  |
| 53. MERCADILLO SOLIDARIO LA LAGUNA                | Diciembre  | San Cristóbal de La Laguna | 8  |

|                                 |           |                        |   |
|---------------------------------|-----------|------------------------|---|
| 54. CEIP MATÍAS LLABREÉ VERD    | Diciembre | El Rosario             | 2 |
| 55. DESFILE Y SHOWROOM BENÉFICO | Diciembre | Tacoronte              |   |
| 56. FERIA DEL VOLUNTARIADO      | Diciembre | Los Llanos de Aridane  | 2 |
| 57. TELEMARATÓN                 | Diciembre | Santa Cruz de Tenerife |   |

## 1. SHOW BENÉFICO ARON GÓMEZ: CENA DE EMPRESA

- **TIPO DE EVENTO:** Show humorístico.
- **ORGANIZA:** Agure Cultural a beneficio de Ámate
- **Día:** 4 de enero de 2023
- **Horario:** 20:00 a 22:30 horas
- **Lugar:** Agure Cultural
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 2
- **DESARROLLO:** Arón Gómez presenta un show humorístico con reconocidos artistas del mundo del humor canarios como Kike Pérez, Dario López, Abubukaka y muchos más a beneficio de la asociación. Una parodia a las cenas de empresas en la época navideña.  
Colaboramos con punto informativo en la entrada de Agure Cultural.



| INGRESOS | GASTOS | BENEFICIOS |
|----------|--------|------------|
| 1177.00€ |        | 1177.00€   |

## 2. MICRO ABIERTO: CENTRAL MANRIQUE

- **TIPO DE EVENTO:** Micro Abierto
- **ORGANIZA:** Alumnos de los ciclos del CIFP César Manrique.
- **Día:** 26 de enero de 2023
- **Horario:** 19:00 a 21:00 horas
- **Lugar:** CIFP César Manrique, Ofra - Santa Cruz de Tenerife.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 2
- **DESARROLLO:** El CIFP César Manrique bajo su proyecto con diez años de recorrido «César Manrique Cultural» organiza un evento en beneficio de Ámate. Este evento se presenta bajo el nombre de «Central Manrique», el cual pretende ser un escenario abierto para la promoción del arte y la cultura en forma de canto, baile, teatro, poesía, música en directo, humor...

Las noches del «Micro7vidas» en La Laguna se trasladan por un día a esta fiesta de la creatividad, donde artistas canarios consagrados apadrinarán a nuevos talentos. El evento transcurrió en una tarde llenas de sorpresas, diversión y mucho arte.





| <b>INGRESOS</b> | <b>GASTOS</b> | <b>BENEFICIOS</b> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 1723,10€        | 126,83 €      | 1596,27€          |

### 3. CARRERA SOLIDARIA DE LA MUJER LA LAGUNA

- **TIPO DE EVENTO:** Micro Abierto.
- **ORGANIZA:** Club Escuela Atletismo Tenerife. CEA Tenerife  
Organismo Autónomo de Deportes de La Laguna. OAD LLa Laguna.
- **Día:** 29 de enero de 2023.
- **Horario:** 11 de la mañana.
- **Lugar:** Plaza del Cristo de La Laguna.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 4
- **DESARROLLO:** Este año volvemos a salir desde La Plaza del Cristo de La Laguna, como en años anteriores a la pandemia. Esta carrera esta organizada por el Organismo de Deporte de La Laguna y el CEAT (Club de Escuela de Atletismo de Tenerife) para recaudar fondos en beneficio de asociaciones contra el cáncer. Ámate asiste al evento con un punto informartivo e inscripción. El stand fue proporcionado por el Organizamo Autónomo de Deporte de la laguna y el CEAT, Club Escuela de Atletismo La Laguna 1948. Ámate colaboró con la realizacion previa de inscripciones, entrega de las camisetas en la sede de AMATE y con difusión en redes sociales.



| INGRESOS | GASTOS  | BENEFICIOS |
|----------|---------|------------|
| 3918.98€ | 258.45€ | 3660.53€   |

#### 4. PARTIDO CLUB DEPORTIVO TENERIFE. TODOS CONTRA EL CÁNCER. ACCIÓN DE VOLUNTARIADO

- **TIPO DE EVENTO:** Deportivo.
- **ORGANIZA:** Club Deportivo Tenerife.  
**Día:** 4 de febrero de 2023.
- **Horario:** 17:30 horas.
- **Lugar:** Estadio Heliodoro Rodríguez.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 35
- **DESARROLLO:** El Club Deportivo Tenerife se unió este sábado 4 de febrero, a la oleada de actos solidarios por el Día Mundial Contra el Cáncer. Los futbolistas vistieron su tercera equipación con tonos rosados y morados y recibieron a diferentes asociaciones que luchan contra el cáncer en las gradas.

Además de una fan zone con distintas actividades para la afición más joven, la entidad habilitó dos puntos móviles de donación de sangre en el exterior del campo, en colaboración con el Instituto Canario de Hemodonación y Hemoterapia.



## 5. MERCADILLO SOLIDARIO

- **TIPO DE EVENTO:** Mercadillo
- **ORGANIZA:** Ámate
- **Día:** del 2 al 4 de febrero de 2023
- **Horario:** 10:00 – 20:00
- **Lugar:** Santa Cruz de Tenerife
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 6
- **DESARROLLO:** Se realiza un mercadillo solidario con artículos de segunda mano, en el local 11 de nuestra sede de Santa Cruz con el objetivo de recaudar fondos.





| <b>INGRESOS</b> | <b>GASTOS</b> | <b>BENEFICIOS</b> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 202,42 €        |               | 202,42 €          |

## 6. TORNEO DE PADEL RADAZUL SPORT CENTER

- **TIPO DE EVENTO:** Deportivo.
- **ORGANIZA:** Club Radazul Sport Center.
- **Día:** 5 de marzo de 2023.
- **Horario:** De 9:00 a 14:00 horas.
- **Lugar:** Radazul Sport Center.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 2
- **DESARROLLO:** El Club Radazul Sport Center organiza un torneo de padel a beneficio de Ámate. Desde Ámate participamos con punto informativo con el objetivo de dar visibilidad y recaudar fondos.



| <b>INGRESOS</b> | <b>GASTOS</b> | <b>BENEFICIOS</b> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 223,00 €        | 1,27 €        | 221,73 €          |



## 7. EXPOSICIÓN PARLAMENTO DE CANARIAS.

- **TIPO DE EVENTO:** Exposición de pinturas.
- **ORGANIZA:** ÁMATE.
- **Días:** Del 3 al 13 de marzo de 2023.
- **Horario:** L-V de 10:00 a 14:00 y de 17:00 a 20:00 | S de 10:00 a 14:00
- **Lugar:** Sala Parlamento de Canarias.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 2
- **DESARROLLO:** Exposición de pinturas y fotografías que están realizadas por pacientes afectados de cáncer de mama, queriendo transmitir con la obra un mensaje de superación y esperanza, concienciar a la sociedad y dar visibilidad a la enfermedad. La Recaudación de las obras, se destina en su totalidad a sufragar los proyectos de apoyo y asesoramiento a las pacientes de cáncer de mama de las islas de Tenerife, La Palma, La Gomera y El Hierro.



| <b>INGRESOS</b> | <b>GASTOS</b> | <b>BENEFICIOS</b> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 267.79€         |               | 267.79€           |

## 8. JORNADAS HOTEL MENCEY

- **TIPO DE EVENTO:** Jornadas.
- **ORGANIZA:** ÁMATE financiado por COFARTE y AMOENA.
- **Días:** 17 y 18 de marzo de 2023.
- **Horario:** 16:00-20:00h.
- **Lugar:** Hotel Mencey.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 3
- **DESARROLLO:** Jornadas de oncología médica, fisioterapia y ortopedia

| <b>INGRESOS</b> | <b>GASTOS</b> | <b>BENEFICIOS</b> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 954€            | 748.39€       | 205.61€           |





## 9. MARCHA SOLIDARIA CIRCUITO LOS NATEROS LA MATANZA

- **TIPO DE EVENTO:** Deportivo.
- **ORGANIZA:** Ayuntamiento de La Matanza de Acentejo.
- **Día:** 25 de marzo de 2023.
- **Horario:** 10 am.
- **Lugar:** Circuito Los Nateros , La Matanza.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 4
- **DESARROLLO:** El Ayuntamiento de La Matanza con el objetivo principal de dar visibilidad a la asociación, organiza una Marcha Solidaria en el circuito Los Nateros, La Matanza. En el punto de inscripción se venden camisetas recaudando fondos para la asociación. Desde la Asociación participamos con punto de venta de merchandising.



| INGRESOS | GASTOS | BENEFICIOS |
|----------|--------|------------|
| 272.10€  | 94.92€ | 177.18€    |

## 10. THE ONE MARKET

- **TIPO DE EVENTO:** Feria.
- **ORGANIZA:** CC Martiáñez.
- **Día:** del 24 al 26 de marzo de 2023.
- **Horario:** V 17:00 – 21:00h / S 10:00 – 21:00h / D 10:00 – 21:00h
- **Lugar:** Centro Comercial Martiáñez.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 6.
- **DESARROLLO:** El Centro Comercial Martiáñez organiza una feria con diferentes marcas comerciales que exponen sus productos en los diferentes stand. Desde el centro nos invita a Ámate para colocar un punto informativo y de merchandising.



| <i>INGRESOS</i> | <i>GASTOS</i> | <i>BENEFICIOS</i> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 335,01€         | 137,57€       | 197,44€           |

## 11. DESFILE BENÉFICO

- **TIPO DE EVENTO:** Desfile.
- **ORGANIZA:** Ámate.
- **Día:** 15 de abril de 2023.
- **Horario:** 18:00 – 22:00h.



- **Lugar:** Recinto Ferial de Santa Cruz de Tenerife.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 25
- **DESARROLLO:** La Asociación de Cáncer de Mama de Tenerife, AMATE, organiza la décimo sexta edición del Desfile Benéfico de AMATE en Santa Cruz, con el objetivo de promover el apoyo mutuo, la normalización, la autoestima y el trabajo en equipo. En esta edición se ha decidido que el tema principal del desfile sea ABBA, haciendo caracterizaciones con vestuario, maquillaje y peluquería relacionados con el grupo musical y sus componentes femeninas: Agnetha Fältskog y Anni-Frid Lyngstad. Además, todo el evento se acompañará con música de dicho grupo.

#### **Objetivos del proyecto:**

##### **-Objetivos generales:**

- Mejorar la calidad de vida de las personas con cáncer de mama.
- Favorecer la normalización de la enfermedad, el apoyo mutuo, la autoestima y el trabajo en equipo.

##### **-Objetivos específicos:**

- Concienciar y sensibilizar a la población.
- Hacer que las mujeres afectadas puedan disfrutar y hacer que olviden sus problemas realizando esta lúdica actividad.

##### **-Objetivos operativos:**

- Ofrecer una actividad de ocio a la población en general.

##### **-Objetivos económicos:**

- Obtener beneficio económico para la Asociación a través de la venta de entradas, servicio de cantina y venta de merchandising.



| <i>INGRESOS</i> | <i>GASTOS</i> | <i>BENEFICIOS</i> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 12.166,81€      | 2.329,87€     | 9.836,94€         |

## 12. TRAVESÍA ALCAVARÁN

- **TIPO DE EVENTO:** Travesía a Nado.
- **ORGANIZA:** Club Isora Swim Master.
- **Día:** 29 de abril de 2023.
- **Horario:** 9:00 a 15:00 horas.
- **Lugar:** Playa San Juan.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 4
- **DESARROLLO:** El Club Isora Swim Master organiza la Travesía a Nado Alcaravan en La playa San Juan. Desde Ámate participamos con mesa informativa y punto de recaudación a través de merchandansing.





| INGRESOS | GASTOS | BENEFICIOS |
|----------|--------|------------|
| 285,95€  | 62,59€ | 223,36€    |

### 13. TORNEO DE GOLF RACE TO ITALY

- **TIPO DE EVENTO:** Torneo de Golf.
- **Día:** 29 de abril de 2023.
- **Horario:** de 9:00 a 14:00 horas.
- **Lugar:** Golf del Sur.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 2
- **DESARROLLO:** Como cada año se celebra el Race To Italy, donde los jugadores de cualquier club. Se recaudan entre todos los jugadores donativos para la asociación.

| INGRESOS | GASTOS | BENEFICIOS |
|----------|--------|------------|
| 70,30€   | 9,86€  | 60,44€     |





#### 14. GALA: HISTORIA DE STUDIO 54

- **TIPO DE EVENTO:** Show Benéfico.
- **ORGANIZA:** Studio 54.
- **Día:** 7 de mayo de 2023.
- **Horario:** de 19:00 a 22:00 horas.
- **Lugar:** Paraninfo La Laguna,
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 2
- **DESARROLLO:** La Escuela de Danza Studio 54 realiza una gala donde se narra toda la trayectoria de la escuela. Colaboran con Ámate donando parte de lo recaudado con las entradas. Además desde la Asociación se coloca un stand informativo en el acceso la sala.

| <b>INGRESOS</b> | <b>GASTOS</b> | <b>BENEFICIOS</b> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 469,90€         | 32,04€        | 437,86€           |

#### 15. MERCADILLO AVDA. PRÍNCIPES DE ESPAÑA

- **TIPO DE EVENTO:** Mercadillo.
- **ORGANIZA:** Ámate.
- **Día:** 11 de mayo de 2023.
- **Horario:** de 9:00 a 14:00 horas.
- **Lugar:** Avda. Príncipes de España.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 5.
- **DESARROLLO:** Se realiza un mercadillo de ropa de segunda mano donada a la asociación con el objetivo de recaudar fondos a la asociación que se destinará a mejorar y continuar con la labor que realiza la asociación.



| <b>INGRESOS</b> | <b>GASTOS</b> | <b>BENEFICIOS</b> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 224,27 €        | 11,82 €       | 212,45€           |

## 16. MESA INFORMATIVA COLEGIO LUTHER KING LA LAGUNA

- **TIPO DE EVENTO:** Punto informativo.
- **ORGANIZA:** Colegio Luther King .
- **Día:** 13 de mayo de 2023
- **Horario:** de 9:00 a 14:00 horas.
- **Lugar:** La Laguna.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 2.
- **DESARROLLO:** El pasado sábado 13 de mayo, el colegio Luther King de La Laguna celebró el Día de la Familia en una jornada cargada de actividades creadas por y para los alumnos de secundaria y para los familiares que se acercaron a las instalaciones del centro.

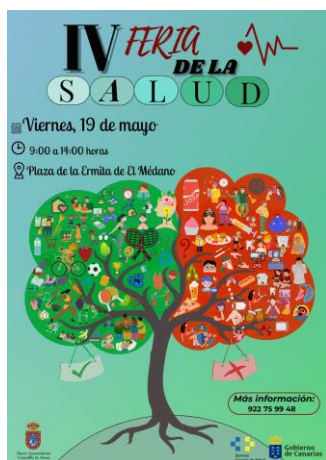
Actividades que forman parte del proyecto LK LEAD THE CHANGE, que nace del convencimiento de que el alumnado, desde edades tempranas, es capaz de generar cambios que contribuyan a hacer de su entorno un lugar mejor. Desde la asociación se participó con un stand informativo.

| <b>INGRESOS</b> | <b>GASTOS</b> | <b>BENEFICIOS</b> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 224,05 €        | 22,31 €       | 201,74 €          |

## 17. FERIA DE LA SALUD EL MÉDANO

- **TIPO DE EVENTO:** Feria.
- **ORGANIZA:** Ayuntamiento de Granadilla de Abona.
- **Día:** 19 de mayo de 2023.
- **Horario:** de 9:00 a 14:00 horas.
- **Lugar:** Plaza El pescador. El Médano
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 2
- **DESARROLLO:** La Concejalía de Promoción de la Salud del Ayuntamiento de Granadilla de Abona organiza en en la plaza de la ermita de El Médano, la Feria de la Salud, en la que se realizan diversas actividades, talleres y charlas sobre temas relacionados con la salud.

Entre los participantes se encuentran junto a Ámate, el Servicio Canario de Salud (SCS), la Asociación Española contra el Cáncer (AECC), la Asociación de Hemofilia de Santa Cruz de Tenerife (AHETE), ATELSAM Asociación Tinerfeña en Lucha Salud Mental, la Asociación Tinerfeña de Esclerosis Múltiple (ATEM), el Instituto Canario de Hemodonación y Hemoterapia (ICHH) y Cruz Roja.



| INGRESOS | GASTOS  | BENEFICIOS |
|----------|---------|------------|
| 154,50 € | 22,31 € | 132,19 €   |



## 18. MESA INFORMATIVA COLEGIO LUTHER KING SAN MIGUEL

- **TIPO DE EVENTO:** Punto informativo.
- **ORGANIZA:** Colegio Luther King.
- **Día:** 13 de mayo de 2023.
- **Horario:** de 9:00 a 14:00 horas.
- **Lugar:** San Miguel de Abona.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 2
- **DESARROLLO:** El pasado sábado 13 de mayo, el colegio Luther King de San Miguel de Abona celebró el Día de la Familia en una jornada cargada de actividades creadas por y para los alumnos de secundaria y para los familiares que se acercaron a las instalaciones del centro.

Actividades que forman parte del proyecto LK LEAD THE CHANGE, que nace del convencimiento de que el alumnado, desde edades tempranas, es capaz de generar cambios que contribuyan a hacer de su entorno un lugar mejor. Desde la asociación se participó con un stand informativo.

| <b>INGRESOS</b> | <b>GASTOS</b> | <b>BENEFICIOS</b> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 22,31€          | 154,50€       | 132,19 €          |

## 19. TRAVESÍA A NADO POR RELEVOS *ÁMATE tf Sur*

- **TIPO DE EVENTO:** Travesía a Nado por Relevos Ámate TF Sur.
- **ORGANIZA:** Ámate con la colaboración del C.N Isora Swim Máster, SantiSora Club Triatlón.



- **Día:** 3 de junio de 2023.
- **Horario:** de 9:00 a 16:00 horas.
- **Lugar:** Playa Abama Guía de Isora.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 15
- **DESARROLLO:** El pasado 3 de junio se celebró en Playa de Abama en el municipio de Guía de Isora, la I Travesía a Nado por Relevos *Ámate TF Sur*, con la colaboración del C.N Isora Swim Máster, SantiSora Club Triatlón y Ritz-Carlton, Abama. Se trata de una travesía de carácter solidario, en la que, por encima de los valores propios de la competición, prevalecen los valores como la solidaridad, el compañerismo y el respeto por el medio ambiente.

La recaudación de las inscripciones permitirá a la asociación continuar realizando su labor y ayudando a todas esas personas con cáncer de mama, prestándole los servicios mencionados, realizando talleres que les ayuden desde un punto de vista tanto físico como moral, reforzando su autoestima.

#### LA PRUEBA:

La Travesía a Nado por Relevos “AMATE TF SUR” se llevó a cabo por equipos.

Los equipos serán formados cada uno por dos componentes y dichos equipos podrán ser íntegramente femeninos, masculinos o mixtos.

Cada equipo tendrá que nadar en total una distancia de 2000 metros, 1000 metros para cada relevista. Los primeros relevistas de cada equipo salen todos a la vez, a las 13:00 horas, cubriendo los 1000 metros en un circuito de ida y vuelta en forma de triángulo.

La meta, “cámara de transición”, del primer turno de relevistas estará situada en la arena, donde al llegar cada uno tendrá que pasar su propio chip a su compañero/a de equipo, y este último podrá así empezar el mismo circuito de 1000 metros, (es el mismo circuito para los dos nadadores, aunque los canales de entrada y salida



serán diferentes para evitar así posibles choques) para después llegar al arco de meta situado en la playa.

#### ELEMENTOS QUE SE INSTALAN:

- 6 carpas de 3x3 metros: (Entrega de dorsales, avituallamiento)
- Arco hinchable como línea de salida de 6 x 3.5 m.
- 10 vallas de PVC para delimitación de zonas.
- Sistema de Sonid
- Podium

Participaron alrededor de 200 personas llegando a un total aproximado de 300 asistentes al evento.





| <b>INGRESOS</b> | <b>GASTOS</b> | <b>BENEFICIOS</b> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 2.772,72 €      | 538,55 €      | 2.234,17 €        |

## 20. JORNADAS: “Las claves de la lucha contra el cáncer: Una Misión común”

- **TIPO DE EVENTO:** Jornada.
- **ORGANIZA:** Ámate.
- **Días:** Del 12 al 17 de junio de 2023.
- **Horario:** 18:00 – 20:00 horas.
- **Lugar:** Salón de Actos MUNA (Museo de Naturaleza y Arqueología).
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 4


**DESARROLLO:** Este evento tiene lugar en el MUNA (Museo de Naturaleza y Arqueología) donde transcurren una serie de charlas y talleres bajo el título "Claves de la lucha contra el cáncer: Una Visión Común."

Se trata de un proyecto cuyo objetivo principal es realizar un acercamiento de la realidad a los/as pacientes afectados/as por el cáncer de mama, así como al público en general que tenga interés en la temática abordada.

PROGRAMACIÓN:

**12, 13 y 14 de junio: Jornadas de divulgación científica sobre el cáncer**

 De 18:00h a 20:00h

 MUNA (Museo de Naturaleza y Arqueología) | C. Fuente Morales, s/n, 38003 Santa Cruz de Tenerife.



## 15 y 16 de junio: Talleres: Hábitos de vida saludables

🕒 De 17:00h a 19:00h

📍 MUNA (Museo de Naturaleza y Arqueología) | C. Fuente Morales, s/n, 38003 Santa Cruz de Tenerife

## 17 de junio: Jornada de convivencia

🕒 De 10:00h a 17:00h

📍 MHA - Sede Casa de Carta (Museo de Historia y Antropología de Tenerife) | C/ Vino, 44. 38270 Valle de Guerra, La Laguna.





| <b>INGRESOS</b> | <b>GASTOS</b> | <b>BENEFICIOS</b> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 11,30€          | 5,08€         | 6,22€             |

## 21. SHOW ROOM HOTEL MENCEY

- **TIPO DE EVENTO:** Show Room
- **ORGANIZA:** Iberostar Gran Mencey
- **Días:** Del 12 al 17 de junio de 2023.
- **Horario:** 18:00 – 20:00 horas.
- **Lugar:** Salón de Actos MUNA (Museo de Naturaleza y Arqueología).
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:**
- **DESARROLLO:** Ámate participa con mesa informativa y de merchandising en la entrada del hotel. Los días 23, 24 y 25 de junio el Hotel Iberostar Heritage Grand Mencey que organiza la XI edición del Mencey Fashion Room , donde el Mencey se transforma en un lujoso concept store, convirtiendo sus espacios en atractivas boutiques de moda, artesanía, decoración y complementos.

Además se realizan diferentes actuaciones de música en vivo, gastrolounge, zona exterior con actividades para los peques, etc. Desde la asociación participamos con un stand informativo en el hall del hotel durante los tres días del evento.



| <b>INGRESOS</b> | <b>GASTOS</b> | <b>BENEFICIOS</b> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 310,09€         | 94,14€        | 215,95 €          |

## 22. SHOW ROOM BREÑA ALTA LA PLAMA

- **TIPO DE EVENTO:** Show Room.
- **ORGANIZA:** Ayuntamiento de Breña Alta.
- **Día:** 27 de junio.
- **Horario:** 20:30 horas.
- **Lugar:** Pabellón de Deportes.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTS:** 3
- **DESARROLLO:** En el Pabellón Municipal de Deportes del municipio de Breña Alta se celebra un show room organizado por el consistorio del municipio. Desde la asociación se realiza una exhibición de bodypainting de la mano de Fayna Pérez, especialista en micropigmentadora en oncología.



### 23. CAMPEONATO FEMENINO BALONCESTO

- **TIPO DE EVENTO:** Deportivo.
- **ORGANIZA:** Federación Insular de Tenerife.
- **Días:** del 21 al 23 de julio 2023.
- **Horario:** 10:00 -20:00 horas.
- **Lugar:** Pabellón Quico Cabrera.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 3
- **DESARROLLO:** La Federación Insular de Tenerife invita a la Asociación de Ámate a colocar un punto informativo y de merchandising en el [Torneo Internacional U-20 Femenino Tenerife 2023 que se celebra en el Pabellón Quico Cabrera.](#)



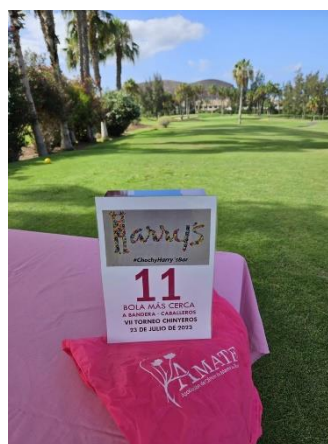
| <b>INGRESOS</b> | <b>GASTOS</b> | <b>BENEFICIOS</b> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 233,57 €        | 32,63 €       | 200,94 €          |

### 24. TORNEO GOLF LOS CHINYEROS

- **TIPO DE EVENTO:** Deportivo.
- **ORGANIZA:** Club Los Chinyeros.
- **Días:** 23 de julio de 2023.
- **Horario:** 10:00h.



- **Lugar:** Campo de Golf Adeje.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 4
- **DESARROLLO:** Club Los Chinyeros organiza un torneo de golf a beneficio de la Asociación de Ámate.



| INGRESOS | GASTOS | BENEFICIOS |
|----------|--------|------------|
| 525,00 € |        | 525,00 €   |

## 25. MERCADILLO OFRA

- **TIPO DE EVENTO:** Mercadillo.
- **ORGANIZA:** Ámate.
- **Días:** 3 de agosto de 2023.
- **Horario:** 10:00 a 19:00 horas.
- **Lugar:** Avenida Príncipes de España.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 6
- **DESARROLLO:** Desde la Asociación de Ámate se coloca en la Avenida Príncipes de España un punto informativo y de venta de merchandising



| <b>INGRESOS</b> | <b>GASTOS</b> | <b>BENEFICIOS</b> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 346,99€         | 14,20€        | 332,79€           |

## 26. MERCADILLOS OFRA

- **TIPO DE EVENTO:** Mercadillo.
- **ORGANIZA:** Ámate.
- **Días:** 7 de septiembre de 2023.
- **Horario:** 10:00 a 19:00 horas.
- **Lugar:** Avenida Príncipes de España.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 6
- **DESARROLLO:** Desde la Asociación de Ámate se coloca en la Avenida Príncipes de España un punto informativo y de venta de merchandising.

| <b>INGRESOS</b> | <b>GASTOS</b> | <b>BENEFICIOS</b> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 285,35€         | 13,44€        | 271,91€           |

## 27. FERIA DE ARTESANÍA GUÍA DE ISORA

- **TIPO DE EVENTO:** Feria.
- **ORGANIZA:** Ayuntamiento Guía de Isora.
- **Días:** 10 de septiembre de 2023.
- **Horario:** 09:00 – 15:00h.
- **Lugar:** Guía de Isora.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 4
- **DESARROLLO:** El Ayuntamiento de Guía de Isora invita a la asociación a colocar un punto informativo y de venta de merchandising en la feria.



| <b>INGRESOS</b> | <b>GASTOS</b> | <b>BENEFICIOS</b> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 414,15€         | 52,58€        | 361,57€           |

## 28. BODA SOLIDARIA

- **TIPO DE EVENTO:** Campaña.
- **ORGANIZA:** Ámate.
- **Días:** 13 de septiembre de 2023.

- **Horario:** -

**Lugar:**

**VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:**

**DESARROLLO:** Proyecto solidario con el fin de recaudar fondos y visibilizar esta causa en un día muy especial. La pareja en el día de su boda en lugar de hacer un regalo convencional regala un detalle elaborado por voluntarias de la asociación donando el dinero a la asociación.

Con la recaudación de este día especial, ayudaremos a paliar los gastos del día a día de la asociación para que podamos seguir realizando nuestra labor y ayudar a pacientes y familiares.



| INGRESOS | GASTOS | BENEFICIOS |
|----------|--------|------------|
| 240,00€  |        | 240,00€    |

## 29. CANDELARIA MARCHA POR ELLAS

- **TIPO DE EVENTO:** Marcha
- **ORGANIZA:** Ámate en colaboración con el Ayuntamiento de Candelaria.
- **Días:** 16 de septiembre de 2023
- **Horario:** 09:00 – 12:00h
- **Lugar:** Calletillas – Plaza de la Patrona, Candelaria
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 4
- **DESARROLLO:** Ámate organiza , *CANDELARIA MARCHA POR ELLAS*, una marcha dirigida al público en general, con el objetivo de dar visibilidad al cáncer de mama,



saliendo de la Plaza el CIT en Las Caletillas en dirección a la Basílica de Candelaria donde culmina.

**Hora de salida:** 10:00 horas (Plaza el CIT).

**Hora de llegada:** 11:00 horas aproximadamente (Plaza de La Patrona de Canarias).

**Recorrido:** El recorrido de esta marcha tiene un recorrido de 3,2 Km, con una duración

40 minutos aproximadamente. Saliendo de La Plaza de CIT en Caletillas en dirección a la Plaza de La Patrona de Canarias.



| INGRESOS | GASTOS | BENEFICIOS |
|----------|--------|------------|
| 583,83€  | 68,80€ | 515,03€    |



### 30. TORNEO DE FOOTGOLF

- **TIPO DE EVENTO:** Deportivo.
- **ORGANIZA:** Campo de Golf Los Palos.
- **Días:** 16 de septiembre de 2023.
- **Horario:** 17:00h.
- **Lugar:** Campo de Golf los Palos.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 4.
- **DESARROLLO:** El Campo de Golf Los Palos organiza un torneo de footgolf a beneficio de Ámate.



| INGRESOS | GASTOS | BENEFICIOS |
|----------|--------|------------|
| 721,20€  |        | 721,20€    |

### 31. CAMPAÑA PINKTOBER HOTEL HARD ROCK

- **TIPO DE EVENTO:** Campaña.
- **ORGANIZA:** Hotel Hard Rock en colaboración con Ámate.
- **Día:** Mes de octubre.
- **Lugar:** Hotel Hard Rock Tenerife.
- **DESARROLLO:** La campaña comienza con el opening donde voluntarias estética de Ámate realizan un bodypainting todo el día finalizando en la terraza en la fiesta de



apertura de la campaña.

Con actividades como:

1. Sorteo de guitarra HARLEY BENTON.
2. Rock shop: Merchandising Solidario de productos de Ámate.
3. Muffins rosas en la cafetería.
4. Cóctel rosa en el bar.
5. Menú solidario en sus restaurantes.
6. Manicura y pericura rosa en el SPA.



| <b>INGRESOS</b> | <b>GASTOS</b> | <b>BENEFICIOS</b> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 1,364,50€       |               | 1,364,50€         |



### 32. CAMPAÑA TUPPERWARE

- **TIPO DE EVENTO:** Donación.
- **ORGANIZA:** Tupperware .
- **Día:** 31 de octubre de 2023.
- **Horario:** -
- **Lugar:** Nivel Nacional.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** -
- **DESARROLLO:** Tupperware España organiza la campaña PinkOctober de todas las distribuidoras nacionales que más vendan el producto dona lo recaudado a la asociación de su elección. En este caso DISTRIBUCIONES TEIDE ha sido la ganadora recaudando 9.066,00€ a Ámate.

| <i>INGRESOS</i> | <i>GASTOS</i> | <i>BENEFICIOS</i> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 9.066,00 €      |               | 9.066,00 €        |

### 33. EXPOSICIÓN SANTA ÚRSULA

- **TIPO DE EVENTO:** Exposición.
- **ORGANIZA:** Ámate con la colaboración del Ayuntamiento de Santa Úrsula.
- **Día:** del 29 de septiembre al 31 de octubre de 2023.
- **Horario:** De Lunes a Viernes de 15:00 – 19:30 y Sábado de 10:00 – 12:00
- **Lugar:** Santa Úrsula.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 2
- **DESARROLLO:** Esta exposición de pinturas y fotografías están en su totalidad realizadas por pacientes afectadas de cáncer de mama, queriendo transmitir con la



obra un mensaje de superación y esperanza, concienciar a la sociedad y dar visibilidad a la enfermedad.

La recaudación por el donativo de las obras, será destinada en su totalidad a sufragar los proyectos de apoyo y asesoramiento a las pacientes de cáncer de mama de las islas de Tenerife, La Palma, La Gomera y El Hierro.

**OBRA PÍCTORICA:**

- Carmen Lucía Rodríguez Hernández
- Perla Bruera Casola
- Dácil Clavain Lecubarri
- Concepción Toledo Yanes
- M<sup>a</sup> de los Ángeles Frías

**OBRA FOTOGRÁFICA:**

- Besos de Luz Fotografía
- Área de Estética de Oncológica
- Villanueva

**ESCULTURA:**

- Valentín Díaz Sanz.

| INGRESOS | GASTOS | BENEFICIOS |
|----------|--------|------------|
| 14,02 €  |        | 14,02 €    |





### 34. SUBIDA DE TAMAIMO

- **TIPO DE EVENTO:** Rally.
- **ORGANIZA:** Ayuntamiento Santiago del Teide.
- **Día:** 7 de octubre 2023.
- **Horario:** 12:00 – 20:00 horas.
- **Lugar:** Santiago del Teide.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 1
- **DESARROLLO:** El Ayuntamiento de Santiago del Teide invita a la Asociación de Ámate a poner un punto informativo en la salida de la carrera.



| INGRESOS | GASTOS | BENEFICIOS |
|----------|--------|------------|
| 47,00 €  | 2,00 € | 45,00 €    |

### 35. PRINCESA TESEIDA

- **TIPO DE EVENTO:** Carrera popular
- **ORGANIZA:** Club de Atletismo Princesa Teseida y Ayuntamiento de Valverde.
- **Día:** 7 de octubre 2023
- **Horario:** 11:00h
- **Lugar:** Valverde El Teide.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:**
- **DESARROLLO:** El Club de Atletismo organiza una carrera popular a beneficio de Ámate. La salida tiene lugar en la calle San Francisco y la meta en la Plaza Virrey de Manila recorriendo las calles San Juan, Dacio Darías, Juan de la Barreda y Doctor Quintero.



| INGRESOS | GASTOS | BENEFICIOS |
|----------|--------|------------|
| 700,00 € |        | 700,00 €   |

### 36. TRAVESÍA A NADO DE LAS TERESITAS

- **TIPO DE EVENTO:** Deportivo.
- **ORGANIZA:** Ámate.
- **Días:** 8 de octubre 2023.



- **Horario:** 10:00 – 14:00 horas.
- **Lugar:** Las Teresitas, Santa Cruz de Tenerife.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 15.
- **DESARROLLO:** La Asociación Cáncer de Mama de Tenerife, Ámate, celebró la XI Travesía a Nado Solidaria de La Playa de las Teresitas 2023. Este es un evento no competitivo y popular, que tiene como objetivo promover la práctica del deporte y el ocio saludable, así como la recaudación de fondos para seguir trabajando en los proyectos activos que tenemos vigentes en estos momentos.

Tras celebrarse en 2022 la X Travesía a Nado Playa de las Teresitas, Ámate abre nuevamente el ciclo de sus eventos presenciales en octubre de 2023, con la celebración de esta Travesía A Nado en la Playa de Las Teresitas. Este año 2023, el número de participantes fueron aproximadamente de 310 personas, contando con participantes de todas las edades, divididos en:

- 300 metros (de 6 a 9 años)
- 500 metros (de 10 a 13 años)
- 1.500 metros (más de 14 años)

Se realizan 3 recorridos diferentes dentro de la playa sin sobrepasar en ninguna de ellas la escollera.

El equipo de la Cruz Roja cubre con una moto acuática y dos ambulancias medicalizadas.

Previo al comienzo de la prueba, se realiza una actividad de zumba en los aparcamientos donde está ubicado el escenario. En la zona de la playa se realizan las inscripciones presenciales y se recogen los dorsales de las inscripciones online. La primera prueba tiene lugar a las 11:15 aprox. Acabando las 3 pruebas a las 12:30 horas aproximadamente.

Al finalizar se ofrece el avituallamiento y se procede a realizar el sorteo entre todos los participantes.



- **COLABORADORES:**

- **Instituciones:**

- Ayuntamiento de Santa Cruz de Tenerife
- Cruz Roja

- **Empresas:**

- La Fast Cooperativa
- CN Isora Swim Máster
- Santi González Livevents
- Fotógrafo Abraham Aránega Benitez
- Fotógrafa Mercedes Segarra Bello
- Espabrok
- Rc Sound SL
- Zumba
- Espabrok
- Farmacia Chamberí
- Libbys



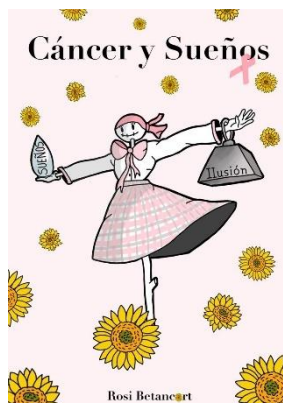


- Isola
- Coca Cola
- El Neo
- Fonteide
- Fuentealta
- Frutos Secos Casa Lola
- Frutas La Guagua
- Hortalizas El Salitrero
- Don Bollo
- Hotel Tecina
- Hotel Riu
- Hard Rock Hotel
- Hotel Abama
- Hotel Suite Villa María
- Barceló Santiago
- Pirámides de Güimar
- Spa Nivaria La Laguna
- Bodegas Monje
- Hotel Colón Rambla
- Ac Hotels
- Gut Good Bueno
- Loro Parque
- Squatina Sub Diving Center
- Las Olivas
- Tasca La Tertulia
- Albacería La Mar
- Farmacia Vidarte
- Punteros de Anaga

| INGRESOS   | GASTOS   | BENEFICIOS |
|------------|----------|------------|
| 3.546,10 € | 821,34 € | 2.724,76 € |

### 37. PRESENTACIÓN LIBRO ROSY

- **TIPO DE EVENTO:** Presentación de libro “Cáncer y Sueños”.
- **ORGANIZA:** Ámate.
- **Día:** 11 de octubre 2023.
- **Horario:** 19:00h.
- **Lugar:** TEA
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:**
- **DESARROLLO:** Rosa Bethancourt Bethancourt escribe este libro autobiográfico en el que trasmite un mensaje de esperanza para todas las personas que puedan estar pasando por un trance similar al suyo y dirigirse a quienes no teniendo la enfermedad, si conocen o acompañan a personas enfermas. Con su testimonio se abre un camino a la empatía y el compromiso.



| INGRESOS | GASTOS | BENEFICIOS |
|----------|--------|------------|
| 350,00 € |        | 350,00 €   |



### 38. PARTIDO DE BALONCESTO LENOVO

- **TIPO DE EVENTO:** Deportivo.
- **ORGANIZA:** Lenovo.
- **Día:** 17 de octubre 2023.
- **Horario:** 10:00h.
- **Lugar:** Pabellón Santiago Martín.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 3
- **DESARROLLO:** CB Lenovo Canarias invita a la asociación de Ámate a colocar un punto informativo en las entradas de sus instalaciones.

| <i>INGRESOS</i> | <i>GASTOS</i> | <i>BENEFICIOS</i> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 69,30 €         | 12,91 €       | 56,39 €           |

### 39. CUESTACIÓN

- **TIPO DE EVENTO:** Puntosd informativos.
- **ORGANIZA:** Ámate.
- **Día:** 19 de octubre 2023.
- **Lugar:** Santa Cruz de Tenerife.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 40.

- ANÁLISIS DE LOS PUNTOS

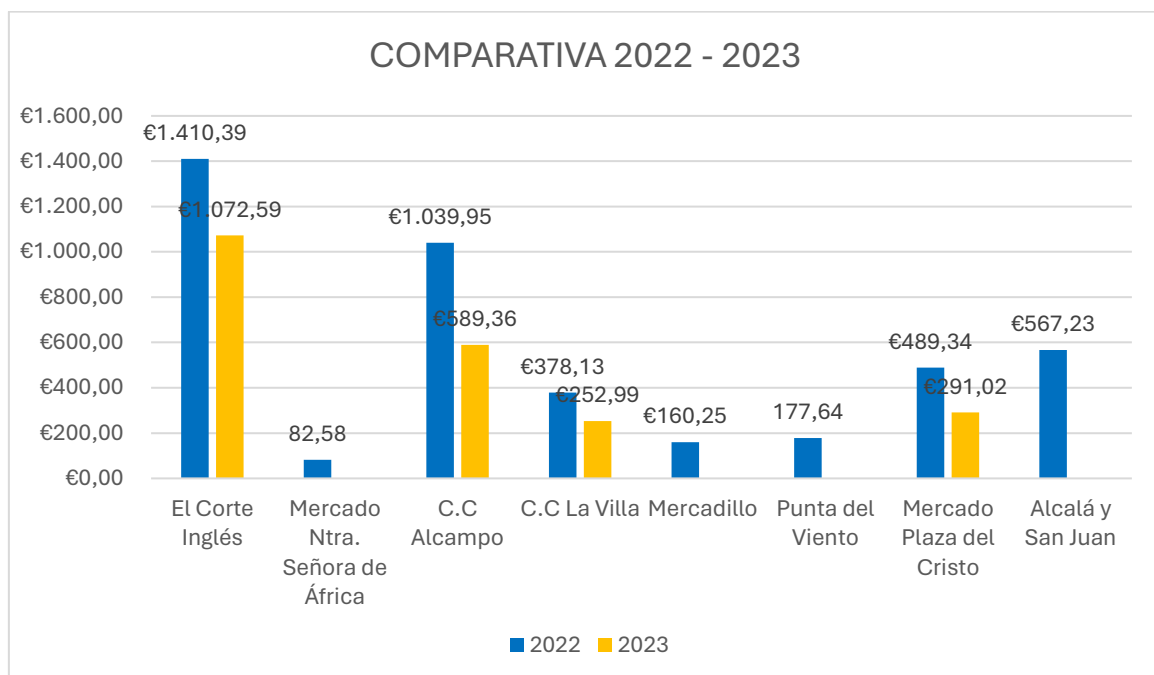
Comenzamos con la cuestación el sábado 14.

| PUNTO             | RECAUDADO   |
|-------------------|-------------|
| El Corte Inglés   | 1.072, 59 € |
| Alcampo La Laguna | 589, 36 €   |
| Alcampo La Villa  | 252, 99 €   |

Cuestación día 15 de octubre.

| PUNTO                    | RECAUDADO |
|--------------------------|-----------|
| Mercado Plaza del Cristo | 291, 02€  |

### COMPARATIVA PUNTOS DÍAS 14, 15, 16 y 17



Gráfica 1.

Como podemos observar en la gráfica del año 2022 tiende a subir más ya que hubo más cantidad de puntos informativos el año pasado en comparación a 2023 previos al 19 de octubre.



El punto que más recaudó fue el de El Corte Inglés con 1.072,59€ pero con una disminución de 337,60€.

Los puntos que más disminuyen en relación con el año pasado es el C.C. Alcampo con una disminución de 450,59€, En el C.C. La Villa 125,14€ menos es la diferencia con el año pasado y el Mercado Plaza del Cristo que también baja 198,32€.

El resto de los puntos informativos no fueron seleccionados para este año 2023.

- ANÁLISIS DE LOS PUNTOS DÍA MUNDIAL CÁNCER DE MAMA 19 DE OCTUBRE:

| PUNTO                              | RECAUDADO  |
|------------------------------------|------------|
| C.C Meridiano                      | 773, 51€   |
| Plaza Weyler                       | 1.431, 22€ |
| Ayto. Santa Cruz                   | 153, 57€   |
| Av. Venezuela                      | 300, 29€   |
| Plaza del Príncipe                 | 698, 82€   |
| Plaza Candelaria                   | 519, 75€   |
| Av. Príncipes de España            | 122, 67€   |
| Plaza de la Concepción             | 966, 74€   |
| C.C Nivaria                        | 193,70€    |
| Universidad Facultad de Medicina   | 296, 66€   |
| Hospital Universitario Canarias    | 167, 32€   |
| Frente Hiperdino Alcalá            | 330, 37€   |
| Kiosco Pepón                       | 282,48€    |
| Ayuntamiento La Guancha            | 254, 67€   |
| Icod Frente al Ayuntamiento        | 215, 85€   |
| La Orotava frente al Mercadona     | 112, 89€   |
| Mercado de La Laguna               | 291, 02 €  |
| Ayuntamiento San Juan de La Rambla | 101, 92€   |
| Plaza del Charco                   | 140, 20€   |
| Ayuntamiento Santa Úrsula          | 225, 00 €  |
| Plaza de Buenavista del            | 0,00€      |

|                   |          |
|-------------------|----------|
| Norte             |          |
| Hospital La Palma | 521, 66€ |

### COMPARATIVA PUNTOS DÍA 19

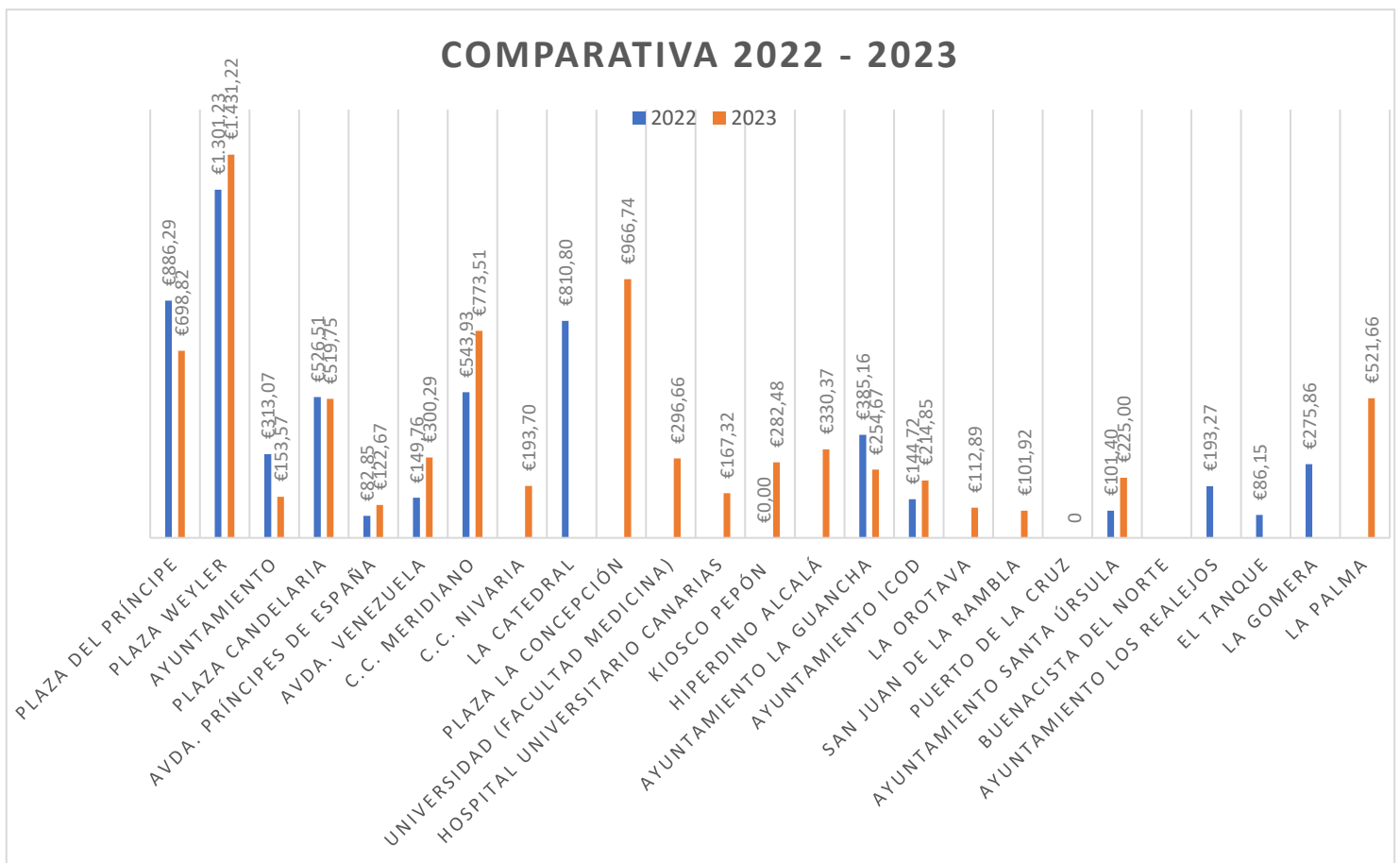


Gráfico 2.

Por lo general y como podemos observar en el gráfico, la tendencia en el año 2023 de todos los puntos es a subir.



Observamos en el año 2022 durante el día 19, Día Mundial del Cáncer de Mama, 7 nuevos puntos informativos: C.C. Nivaria, Plaza La Concepción, Universidad (Facultad de Medicina, Hospital Universitario de Canarias, Hiperdino Alcalá, La Orotava y San Juan de La Rambla.

El Punto que más aumenta la recaudación en relación al año 2022, es el Centro Comercial Meridiano, que lo supera en 238,58€. Le sigue la Avda. Venezuela con 150,53€ más, siguiéndole La Plaza Weyler con 129,99€, Ayuntamiento de Santa Úrsula con 123,60€ y el Ayuntamiento de Icod con 69,95€. El resto de puntos se mantiene casi igual.

El punto que más baja en relación al 2022 es 187,47€ menos en la Plaza del Príncipe, Ayuntamiento de Santa Cruz de Tenerife 159,50€, siguiéndole el Ayuntamiento de La Guancha con 130,49€ menos y la Plaza Candelaria con 6,76€.

○ ANÁLISIS DE LOS PUNTOS

| PUNTO                            | RECAUDADO  |
|----------------------------------|------------|
| El Corte Inglés                  | 2.018,66€  |
| Alcampo La Laguna                | 1.196, 70€ |
| Mercado La Laguna                | 139, 57€   |
| Mercado Nuestra Señora de África | 27, 90€    |
| Banco Santander                  | 160, 12€   |
| CC El Trompo                     | 424,52€    |

Cuestación día 26



| PUNTO               | RECAUDADO |
|---------------------|-----------|
| Calle Real La Palma | 411,80€   |

### COMPARATIVA PUNTOS DÍAS 21, 22 Y 26

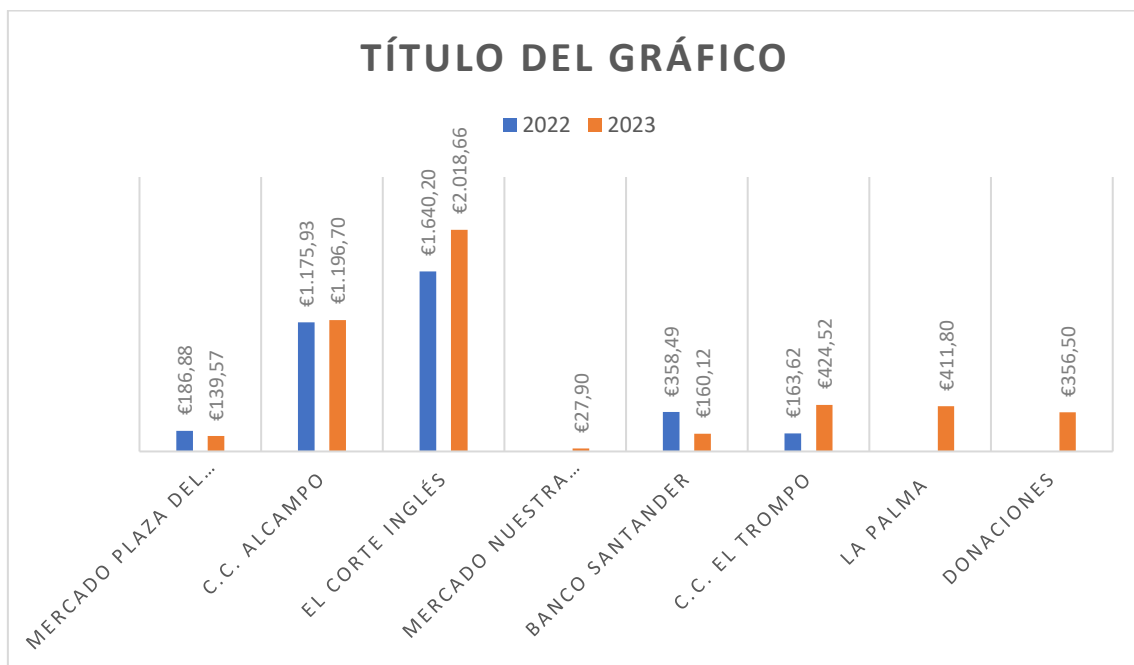


Gráfico 3.

Como podemos observar en el gráfico hay puntos que aumentan y otros que no.

Los puntos que más suben son El Corte Inglés con 378,46€ más, el C.C. El Trompo con 260,90€ y el C.C Alcampo con 20,77€ más. Mientras que los puntos que más bajan son el Banco Santander con una pérdida de 224,37€ y el Mercado de la Plaza del Cristo con 47,31€ menos.



También se cuenta con un nuevo punto en La Palma que ha recaudado 411,80€ y a través de bizum que se consiguió 356,50€

1. Las huchas de cada punto deben quedarse en él hasta la recoger la mesa.
2. Enviar a todos los voluntarios los cuadrantes y recordar normativa de la cuestación.

#### RESULTADO ECONÓMICOS

| CUESTACIÓN 2021 | TOTAL      |
|-----------------|------------|
| TOTAL HUCHAS    | 14.723,02€ |
| COLABORACIONES  | 788,80€    |
| TOTAL           | 15.511,82€ |



## 40. FEBODA

- **TIPO DE EVENTO:** Feria.
- **Día:** 19, 20, 21 , 22 de octubre de 2023.
- **Horario:** 10:00 – 21:00h.
- **Lugar:** Recinto Ferial.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 60
- **DESARROLLO:** El Recinto Ferial invita a Ámate a montar un stand donde se realizan diferentes acciones:

- VENTA DE BODAS SOLIDARIAS

Se han confirmado 22 solicitudes.

- Venta solidaria: pulseras de goma, bolígrafos y abanicos.

- Venta de Joyería: pendientes

- Venta de rifas para cesta de Mary kay: 1 euro UNIDAD.

Se vendieron 80 rifas en total son 80 euros. Pendiente sorteo.



| <b>INGRESOS</b> | <b>GASTOS</b> | <b>BENEFICIOS</b> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 165,16 €        | 18,22 €       | 146,94 €          |

#### 41. JORNADAS HOTEL SILKEN

- **TIPO DE EVENTO:** Jornadas.
- **ORGANIZA:** Ámate.
- **Día:** 26 de octubre de 2023.
- **Horario:** 16:00 – 18:30 horas.
- **Lugar:** Santa Cruz de Tenerife.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 2
- **DESARROLLO:** Se desarrollan diferentes charlas impartidas por diferentes profesionales:
  - *Sexualidad durante el cáncer* por la psicóloga Alexandra Nedu.
  - *Novedades en inmunoterapia* por el doctor Isaac Ceballos.
  - *Síndrome Postmasectomía* por la doctora Ana Mencia.
  - *Actualizaciones en rehabilitación del cáncer de mama en el H.U.N.S.C* por la doctora Flora Maria Suarez.
  - *Estrés y Cáncer* por el doctor Juan Carlos Durán.
  - *Regeneración vaginal después de un tratamiento oncológico* por Guillermina Morales.





#### 42. PUNTO INFORMATIVO FÚTBOL TEJINA

- **TIPO DE EVENTO:** Deportivo.
- **ORGANIZA:** Unión Tejina.
- **Día:** 28 de octubre de 2023.
- **Horario:** 12:00h.
- **Lugar:** Campo de fútbol Izquierdo Rodríguez.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 2
- **DESARROLLO:** El Club Deportivo Unión Deportiva invita a Ámate a poner un punto informativo en la entrada de sus instalaciones en un partido de equipos femeninos.

| <i>INGRESOS</i> | <i>GASTOS</i> | <i>BENEFICIOS</i> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 181,41 €        | 26,08 €       | 155,33 €          |

#### 43. PUNTO INFORMATIVO HUC

- **TIPO DE EVENTO:** Punto informativo.
- **Día:** 31 de octubre 2023
- **Horario:** 10:00 – 14:00h
- **Lugar:** Santa Cruz de Tenerife
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 2
- **DESARROLLO:** Ámate coloca punto informativo en el Hospital Universitario.

| <i>INGRESOS</i> | <i>GASTOS</i> | <i>BENEFICIOS</i> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 181,60 €        | 22,21 €       | 159,39 €          |

#### 44. CAMINATA ICOD DE LOS VINOS

- **TIPO DE EVENTO:** Marcha.
- **ORGANIZA:** Ámate con la colaboración del Ayuntamiento de Icod de Los Vinos.
- **Día:** 3 de noviembre 2023.
- **Horario:** 19:00 – 22:00h.
- **Lugar:** Cine Fajardo.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 2
- **DESARROLLO:** Debido a las condiciones meteorológicas la marcha tuvo que ser cancelada y se procedió a poner un punto informativo y venta de candiles en la entrada del cine Fajardo, donde tendría lugar la actuación de el grupo Caracolas.



## 45. EXPOSALDO

- **TIPO DE EVENTO:** Feria.
- **ORGANIZA:** Recinto Ferial de Santa Cruz de Tenerife.
- **Día:** 8, 9, 10, 11, 12 de noviembre 2023.
- **Horario:** 11:00 – 21:00 horas.
- **Lugar:** Santa Cruz de Tenerife.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 20.
- **DESARROLLO:** El Recinto Ferial invita a Ámate a poner un stand en la feria de Exposaldo durante los 5 días que duró la feria. En el stand se expone los productos de Ámate así como la información de los servicios que ofrecemos y ropa de segunda mano.



| INGRESOS   | GASTOS   | BENEFICIOS |
|------------|----------|------------|
| 2.446,12 € | 338,05 € | 2.108,07 € |

## 46. DESAYUNO SOLIDARIO

- **TIPO DE EVENTO:** Encuentro benéfico.
- **ORGANIZA:** Piso Barato.
- **Día:** 15 de noviembre de 2023.
- **Horario:** 10:00 – 12:00h.
- **Lugar:** Oficinas Calle del Pilar



- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 2
- **DESARROLLO:** Piso Barato organiza un desayuno solidario a beneficio de Ámate donde se reúnen todos los compañeros de Oriana de Vale Team y demás compañeros de otras inmobiliarias.

| INGRESOS | GASTOS  | BENEFICIOS |
|----------|---------|------------|
| 347,25 € | 18,42 € | 328,83 €   |



#### 47. JORNADA ICOD DE LOS VINOS

- **TIPO DE EVENTO:** Jornada.
- **ORGANIZA:** organiza APREME con la colaboración del ayuntamiento de Ico de Los Vinos.
- **Día:** 16 de noviembre de 2023.
- **Horario:** 09:00 – 14:00
- **Lugar:** Icod de Los Vinos
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** -
- **DESARROLLO:** APREME organiza la jornada Cáncer y Discapacidad en el Teatro Cine Municipal de Icod de Los Vinos, donde asisten nuestro fisioterapeuta Alejandro Montesinos y la psicóloga Carmen Nieves que imparten la charla Discapacidad y Cáncer.





## 48. BELÉN SOLIDARIO

- **TIPO DE EVENTO:** Jornada.
- **ORGANIZA:** CC Nivaria.
- **Día:** 23 de noviembre.
- **Horario:** 09:00 – 14:00 horas.
- **Lugar:** CC Nivaria Santa Cruz de Tenerife.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 4
- **DESARROLLO:** El CC Nivaria inaugura un Belén Solidario en el Hall del centro donde se coloca una urna durante hasta el 8 de enero para recaudar fondos a beneficio de Ámate. En el acto actúan coros de diferentes colegios así como el coro Carpe Diem, invitado por Ámate y colaborador de la asociación en otras ocasiones:

| <b>INGRESOS</b> | <b>GASTOS</b> | <b>BENEFICIOS</b> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 1.238,84 €      | 0,00 €        | 1.238,84 €        |



#### 49. FERIA DEL VOLUNTARIADO LOS REALEJOS

- **TIPO DE EVENTO:** Feria.
- **ORGANIZA:** Cabildo de Tenerife - Tenerife Isla Solidaria.
- **Día:** 24 de noviembre.
- **Horario:** 09:00 – 14:00 horas.
- **Lugar:** Casa del Emprendedor Los Realejos.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 4
- **DESARROLLO:** El Cabildo de Tenerife, a través del programa Tenerife Isla Solidaria, y en colaboración con el Ayuntamiento de Los Realejos, celebra en la Casa del Emprendedor, en el municipio de Los Realejos, con la presencia de 62 entidades del tercer sector, procedentes de diferentes ámbitos del voluntariado.

La feria estuvo dirigida al público en general, además de centros educativos, asociaciones de mayores, empresas y entidades que de manera directa o indirecta están involucradas con el voluntariado.



## 50. CARRERA CEIP ADORACIÓN RODRÍGUEZ AFONSO

- **TIPO DE EVENTO:** Deportivo - infantil.
- **ORGANIZA:** CEIP Adoración Rodríguez Afonso.
- **Día:** 24 de noviembre.
- **Horario:** 09:00 – 13:00 horas.
- **Lugar:** Playa San Juan- Guía de Isora.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 4
- **DESARROLLO:** Carrera Benéfica a beneficio de Ámate organizada por el CEIP Adoración Rodríguez Afonso. Desde la Asociación participamos con punto informarivo. La recaudación conseguida por la venta de las camisetas por parte del colegio se entrega íntegramente a la asociación.



| INGRESOS   | GASTOS  | BENEFICIOS |
|------------|---------|------------|
| 1.605,76 € | 58,08 € | 1.547,68 € |

## 51. "MI VIDA" GALA FINAL

- **TIPO DE EVENTO:** Desfile Benéfico.
- **ORGANIZA:** Ayuntamiento de La Orotava.
- **Día:** 9 de diciembre de 2023.
- **Horario:** 20:00h.
- **Lugar:** Auditorio Francisco Abrante – La Perdoma.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 2
- **DESARROLLO:** El Ayuntamiento de La Orotava organiza la gala final de "El Festival Internacional de la Belleza Spain" a beneficio de Ámate.



| INGRESOS | GASTOS | BENEFICIOS |
|----------|--------|------------|
|          |        |            |

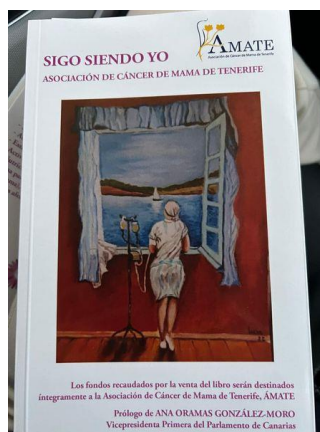
A la espera de que traigan la recaudación.

## 52. Presentación del libro "sigo siendo yo"

- **TIPO DE EVENTO:** Presentación Libro.
- **ORGANIZA:** Ámate.
- **Día:** 11 de diciembre de 2023.



- **Horario:** 17:00h.
- **Lugar:** Sala Presidencia del Gobierno de Canaria.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 2
- **DESARROLLO:** Ámata organiza la presentación de su libro “Sigo Siendo Yo” que cuenta con la experiencia de más de 20 personas que han vivido con cáncer en alguna etapa de su vida.



| INGRESOS | GASTOS | BENEFICIOS |
|----------|--------|------------|
|          |        |            |

### 53. MERCADILLO SOLIDARIO LA LAGUNA (LA LAGUNA SOLIDARIA)

- **TIPO DE EVENTO:** Punto de venta de merchandising & informativo.
- **ORGANIZA:** Ayuntamiento de La Laguna.
- **Día:** 15 y 16 de diciembre.
- **Horario:** 10:00h – 20:00h.
- **Lugar:** Plaza de la Concepción, La Laguna .

- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 8
- **DESARROLLO:** La Laguna Solidaria invita a Ámate a colocar un punto informativo y de merchandising en el mercadillo solidario que organizan.



| INGRESOS | GASTOS  | BENEFICIOS |
|----------|---------|------------|
| 256,97 € | 55,98 € | 200,99 €   |

#### 54. CEIP MATÍAS LLABRÉE BENÉFICO

- **TIPO DE EVENTO:** Deportivo.
- **ORGANIZA:** Ceip Matías Llabrée Verd.
- **Día:** 15 de diciembre.
- **Horario:** 09:00h – 13:00h.
- **Lugar:** Ceip Matías Llabrée.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 2
- **DESARROLLO:** El colegio CEIP Matías Llabrée organiza un mercadillo solidario e invita a Ámate a colocar un punto informativo con merchandising para recaudar fondos.



| <b>INGRESOS</b> | <b>GASTOS</b> | <b>BENEFICIOS</b> |
|-----------------|---------------|-------------------|
| 151,00 €        | 26,02 €       | 124,98 €          |

## 55. DESFILE Y SHOWROOM BENÉFICO TACORONTE

- **TIPO DE EVENTO:** Desfile Benéfico.
- **ORGANIZA:** Sociedad Tagoro.
- **Día:** 16 de diciembre de 2023.
- **Horario:** 21:30h.
- **Lugar:** Sociedad Tagoro, Tacoronte.
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 2.
- **DESARROLLO:** La Sociedad Tagoro invita a Ámate organiza un desfile de moda a beneficio de Ámate.



## 56. FERIA DEL VOLUNTARIADO LOS LLANOS DE ARIDANE

- **TIPO DE EVENTO:** Feria.
- **ORGANIZA:** Ayuntamiento de Los Llanos de Aridane.
- **Día:** 16 de diciembre de 2023.
- **Horario:** 09:00h – 13:00h.
- **Lugar:** Los Llanos de Aridane, La Palma.

- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 3
- **DESARROLLO:** El Ayuntamiento de Los Llanos de Aridane invita a Ámate a colocar un punto informativo con merchandising en la feria del voluntariado que se llevó a cabo en la Plaza Española de dicho municipio.



| INGRESOS | GASTOS  | BENEFICIOS |
|----------|---------|------------|
| 193,83 € | 75,85 € | -117,98 €  |

## 57. TELEMARATÓN

- **TIPO DE EVENTO:** Telemaratón
- **ORGANIZA:** Banco de Alimentos, Mírame TV y Televisión Española
- **Día:** 21 de diciembre 2023
- **Horario:** 12:00h -21:00h
- **Lugar:** Explanada Mercatenerife
- **VOLUNTARIOS PARTICIPANTES:** 3
- **DESARROLLO:** El Banco de Alimentos, Mírame Tv y Televisión Española organiza un telemaratón solidario, con el objetivo de movilizar a los sociedad para ayudar a las



personas en situación de pobreza a través de entidades y organizaciones sin ánimo de lucro.



#### 4. RESULTADOS Y COMPARATIVAS



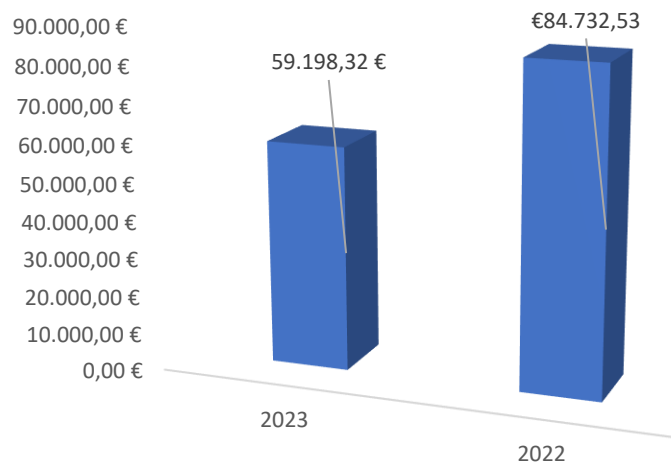
**TOTAL DE EVENTOS PERIODO 2023: 57**

**TOTAL DE ACCIONES DE VOLUNTARIADO: 297**

## RESUMEN ECONÓMICO 2023

| TOTAL 2023        |                    |                   |                    |
|-------------------|--------------------|-------------------|--------------------|
| MES               | INGRESOS           | GASTOS            | BENEFICIOS         |
| Enero             | 6.819,08 €         | 385,28 €          | 6.433,80 €         |
| Febrero           | 202,42 €           | 0,00 €            | 202,42 €           |
| Marzo             | 1.784,11 €         | 982,15 €          | 801,96 €           |
| Abril             | 12.523,06 €        | 2.402,32 €        | 10.120,74 €        |
| Mayo              | 1.080,92 €         | 100,19 €          | 980,73 €           |
| Junio             | 3.094,11 €         | 637,73 €          | 2.456,38 €         |
| Julio             | 758,57 €           | 32,63 €           | 725,94 €           |
| Agosto            | 693,98 €           | 28,40 €           | 665,58 €           |
| Septiembre        | 2.285,50 €         | 134,82 €          | 2.150,68 €         |
| Octubre           | 29.811,81 €        | 854,47 €          | 28.957,34 €        |
| Noviembre         | 5.642,77 €         | 415,00 €          | 5.227,77 €         |
| Diciembre         | 501,00 €           | 26,02 €           | 474,98 €           |
| <b>TOTAL 2023</b> | <b>65.197,33 €</b> | <b>5.999,01 €</b> | <b>59.198,32 €</b> |

### COMPARATIVA 2022-2023



En el año 2023 se consigue un total de **59.198,32€**, los beneficios disminuyen en un **35.481%** esto es un total de **25.534,21€** menos con respecto al año anterior.

### 5. CONCLUSIONES

En el año 2023 el número de eventos disminuye en un 35.48% en relación al año 2023.

Este año hemos podido observar una disminución en los beneficios respecto al año 2022. En el 2023 no se realizaron algunos eventos por motivos técnicos y de calendarios como el Torneo de Golf Los Palos y el Torneo John Lowe. Otro de los eventos significativos y consolidados que no se llevó a cabo fue la Marcha de Icod por motivos meteorológicos.

Se observa que la disminución de los beneficios es debida a la campaña de Tupperware de este año que fue mucho inferior a la del año 2022, con una diferencia de 20.668€ menos este año.



*Recuerda...*

**“MIENTRAS EXISTA UNA SOLA  
PERSONA CON CÁNCER DE MAMA,  
NO PARAREMOS”**

