

25 AÑOS A TU LADO



Asociación Oncológica Extremeña
«NO ESTÁS SOL@»

Atención Psicológica Ayuda a Domicilio y Atención a la Dependencia **Compartir la Experiencia**
Atención Social Formación **Voluntariado** Prevención y Promoción de la Salud
Talleres Sensibilización y Apoyo a la Investigación
Proyecto Mariposas **Fisioterapia**

NO ESTÁS SOL@
ASOCIACIÓN
ONCOLÓGICA EXTREMEÑA

Apoyo al paciente de cáncer



**Declarada de Utilidad Pública
por el Ministerio del Interior**

EDICIÓN ESPECIAL 25 ANIVERSARIO

SALUDA DEL PRESIDENTE DE LA JUNTA DE EXTREMADURA 25 ANIVERSARIO DE AOEX

Hace apenas cinco años celebrábamos vuestro XX aniversario, pero son tantas las experiencias que hemos vivido desde entonces que parecen muchos más. Más aún si hacemos memoria y recordamos cuando hace 25 años aparecisteis en la Consejería de Sanidad para presentarnos vuestro proyecto.

En este tiempo, ha cambiado prácticamente todo a nuestro alrededor, incluso muchas de las personas que nos acompañaban y que ya no están aquí, pero vuestro compromiso con la sociedad extremeña sigue intacto. Habéis sido claves para que el Servicio Extremeño de Salud creciera, incorporando iniciativas y proyectos, siempre con la vista puesta en mejorar la calidad de vida tanto de los pacientes como de sus familiares.

Durante todo este tiempo habéis trabajado sin descanso, lanzando iniciativas, abriendo sedes, organizando proyectos y, lo que es más importante, recordándonos día tras día que la salud de las personas se construye no solo desde la práctica asistencial, sino también, y de una forma muy relevante, desde los afectos, los sentimientos y el amor incondicional por el ser humano.

Para los próximos veinticinco años, simplemente quisiera pedirlos que sigáis ahí, que continuéis trabajando y demandando con convicción de las administraciones públicas su apoyo, porque vosotros mejor que nadie sabréis identificar en cada momento por dónde evolucionan las necesidades asociadas a esta enfermedad, así como cuál es la mejor forma de afrontarla.

Resulta difícil encontrar palabras que expresen todo el agradecimiento que merecéis. Solo puedo daros la gracias por todo lo que hacéis, así, en general, y desearos lo mejor para los próximos años, pues vuestro éxito es un triunfo para toda la región.



Guillermo Fernández Vara
Presidente de la Junta de Extremadura

PRESENTACIÓN AOEX



Isabel Rolán Merino
Presidenta AOEX

Quiero comenzar agradeciendo a todas esas personas que desde el principio han estado a mi lado o han ido llegando a lo largo de estos años, voluntarios, profesionales, pacientes, familiares, amigos y personas que están detrás de instituciones públicas o privadas. Gracias a los que estáis y a los que ya no están porque todos habéis contribuido a que la Asociación Oncológica Extremeña exista y sea una Gran Familia.

Hace 25 años no existía AOEX, ni había oncólogos en 6 de las 8 Áreas de Salud de Extremadura. En las 2 Áreas que había, contaban con tan sólo 2 oncólogos médicos. El servicio de Radioterapia sólo existía en Badajoz, no existía Unidad Oncología Pediátrica, ni otros servicios que también eran necesarios. Las salas de espera eran pasillos, se necesitaban recursos humanos, tecnológicos, información, apoyo psicosocial especializado para ofrecer el apoyo que el paciente y su familia necesitaba.

Estábamos muy lejos de tener una atención integral en nuestra Comunidad.

Ante esta situación 13 personas, entre las que nos encontrábamos pacientes, familiares y otras que habían vivido muy de cerca el cáncer, decidimos juntarnos con el deseo de cambiar esa realidad.

Nos fijamos objetivos muy claros y necesarios para que el paciente con cáncer y su familia tuvieran en nuestra Comunidad una atención integral de calidad y con todos los recursos necesarios. Éramos conocedores que estábamos comenzando una aventura difícil pero teníamos ilusión, ganas de trabajar y muchas esperanzas puestas en nuestro empeño.

Han pasado desde ese día 25 años, y nos sentimos satisfechos y contentos de haber contribuido al cambio que ha habido.

La Consejería de Sanidad de la Junta de Extremadura escuchó nuestras reivindicaciones y ahora contamos con Oncología Médica en todas las Áreas Sanitarias de Extremadura, Radioterapia en cuatro de ellas, una unidad de Oncohematología Pediátrica en el Hospital Materno Infantil de Badajoz, han mejorado servicios y se han creado otros nuevos con muchos más recursos humanos y materiales.

Esta aventura que comenzó con 13 personas hace 25 años, ha conseguido que a día de hoy tengamos 22 delegaciones distribuidas por toda la geografía Extremeña, con más de seiscientos voluntarios y treinta y seis profesionales que prestan su apoyo cada año a miles de pacientes a través de nuestros servicios.

Todo ello nos ha convertido en la asociación regional más grande de España.

Desde AOEX seguiremos apoyando al paciente con nuestro carácter reivindicativo para mejorar la situación oncológica en nuestra Comunidad.

AVANCES SANITARIOS EN PACIENTES CÁNCER EN ESTOS 25 AÑOS

Cumplidos ya 21 años desde que en Extremadura asumimos las competencias en materia de gestión de la asistencia sanitaria y comienza la andadura del SES, los extremeños nos mantenemos firmes en un principio rector para nuestro servicio de salud: garantizar la equidad en el acceso al servicio sanitario en todo nuestro territorio. Este principio sirvió de guía para nuestras actuaciones pasadas, es guía en nuestro presente y lo continuará siendo en el futuro, y se erige como un principio fundamental en una región marcada por la dispersión geográfica en las dos provincias más extensas de España.

Desde el primer momento, hemos puesto nuestra atención sobre los pacientes oncológicos, desde el transporte singularizado a los cuidados paliativos.

En este momento, está ya muy consolidado el programa de prevención del cáncer de mama. Progresivamente hemos aumentado los tramos de edad para la realización de mamografía, hoy forma parte de nuestra actividad cotidiana de manera que en 2022 han participado más de 55000 mujeres

Desde el 2017 tenemos activo el programa de detección precoz del cáncer de colon, cada 2 años hemos ido aumentando las cohortes, de tal forma que invitamos a participar a todas las personas entre 50 y 69 años. En este año 2022 han participado 85.671 personas y seguimos caminado con la implementación del cribado poblacional de cáncer de Cervix, dirigido a todas las mujeres de 25 a 65 años y que se implantará en el primer trimestre de este año, y la vacunación del papiloma en niños desde el año 1998.

Poco antes del año 2000, sólo disponíamos en la comunidad autónoma de cuatro oncólogos. Desde el proceso de transferencias sanitarias, y con la creación del SES, el entonces consejero de sanidad, Guillermo Fernández Vara, tuvo claro que debíamos disponer de unidades o servicios de oncología en todas las áreas de salud, que también debería contar con hospitales de día para tratamientos quimioterápicos. El objetivo era claro: acercar esta disciplina y estos recursos a los pacientes para evitarles desplazamientos en condiciones de enfermedad grave. Hoy día, la plantilla de oncología médica es de 57 facultativos, e incluso en los momentos más difíciles no se ha dejado de prestar asistencia en ninguno de nuestros hospitales. Hemos pasado de 12.000 consultas en 2010 a 35.500 en 2022; el triple en poco más de 10 años, con índices de curación y supervivencia no imaginados cuando empezamos esta aventura.



Ceciliano Franco Rubio
Director Gerente del SES

En paralelo al crecimiento de la oncología médica, ha crecido también la oncología radioterápica. De un acelerador lineal en Badajoz en el año 2002, pasamos a la instalación de aceleradores en Mérida y Plasencia, así como a la dotación de un segundo acelerador en Badajoz poco antes de 2010. Hoy tenemos 2 aceleradores lineales en Badajoz y tendremos 2 en Cáceres a partir de mayo, uno en Mérida y otro en Plasencia.

Y, por último, he también de referirme al desarrollo de la medicina nuclear en nuestra región. Desde las primeras cámaras gamma y el primer PET TAC de Badajoz, a los PET TAC de Badajoz y, antes de fin de año, al nuevo PET TAC en Cáceres y un SPECTAC de referencia regionales en Badajoz.

Pero todos estos medios materiales no serían nada sin lo mejor de nuestro sistema sanitario; los profesionales que trabajan en él: especialistas, enfermeros, TCAE, Psicólogo y la red de médicos y enfermeros de atención primaria y del programa regional de cuidados paliativos, ya extendido a cuidados paliativos pediátricos.

Todo esto ha sido posible gracias a los magníficos profesionales de nuestro sistema sanitario, junto a los cuales encontramos asociaciones como AOEX, con sus voluntarios y profesionales, como psicólogos y trabajadores sociales, que sin duda hacen que los duros tratamientos de nuestros pacientes y la vida de sus familias sean mejores.

Gracias AOEX, de corazón.



25 AÑOS DE ANDADURA

Nuestra entidad comenzó su viaje en Badajoz hace 25 años con el objetivo de mejorar la atención de todos y todas las pacientes con cáncer de Extremadura. Desde entonces, hemos trabajado duro y nos han apoyado numerosas entidades públicas y privadas, lo que se ha traducido en mejoras en todos los aspectos. Con el fin de ofrecer una atención integral y equitativa a los pacientes hemos crecido, hasta el punto que actualmente contamos con 22 delegaciones.

Para seguir mejorando y equiparar la atención de los pacientes de cáncer de Extremadura con la que reciben pacientes de otras Comunidades Autónomas pertenecemos a entidades como el Grupo Español de Pacientes con Cáncer (GEPAC), el Foro Español de Pacientes (FEP), la Federación Española de Cáncer de Mama (FECMA), la Federación Española de Padres de Niños con Cáncer (FEPNC), COCEMFE Badajoz, la Red de Voluntariado en Cuidados Paliativos de Extremadura (Red VOLUCPALEX) y la Plataforma del Voluntariado de Extremadura (PVE).

Anualmente prestamos servicios a **3.000** pacientes.

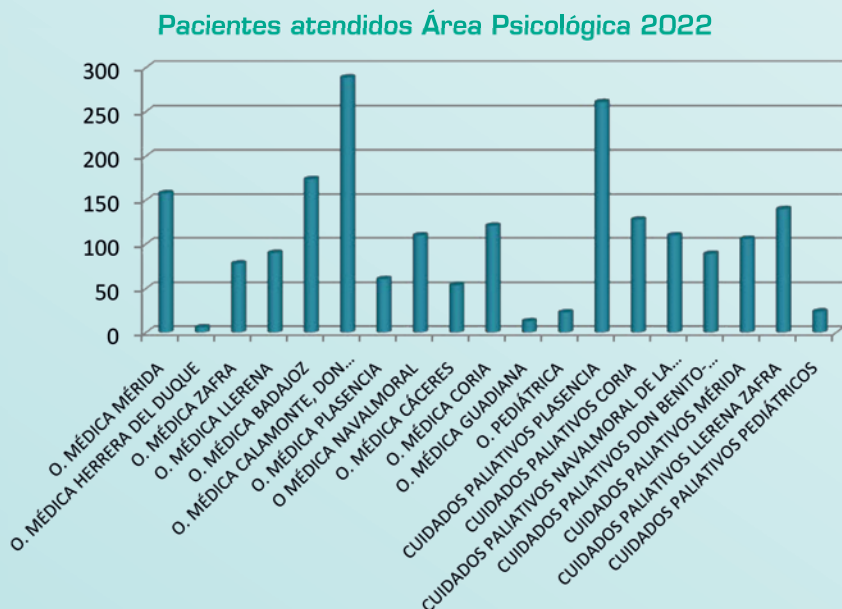
Quiero aprovechar esta oportunidad para hablar de nuestras Áreas de Trabajo:

• **APOYO PSICOLÓGICO.** Contamos con dieciséis psicólogos que trabajan a diario, gracias a un convenio con el SES, en los Servicios de Oncología Médica, Oncología Pediátrica, Cuidados Paliativos y Cuidados Paliativos Pediátricos de Extremadura. Este servicio ha atendido en 2.022 a **2.035** pacientes y familiares.

A mediados del año 2.021 pusimos en marcha un nuevo servicio **Teléfono Verde AOEx** de apoyo telefónico, vía whatsapp y también a través de mail a pacientes con cáncer de próstata y en 2.022, en vista a los buenos resultados pusimos en marcha el servicio **Teléfono Dorado AOEx** de atención a adolescentes con cáncer.



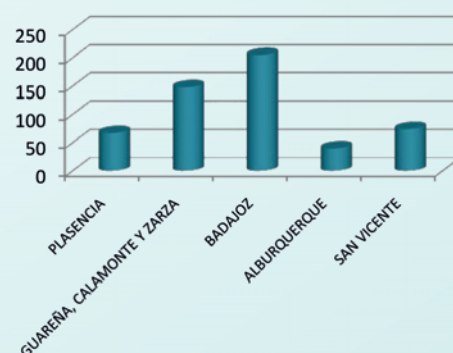
Raquel Cano Sánchez
Directora Técnica y Coordinadora
de Trabajo Social AOEX





• **APOYO SOCIAL.** El año pasado nuestras Trabajadoras Sociales han informado y ayudado en la tramitación de servicios y prestaciones sociales a **534** pacientes, realizando un total de **1.925** demandas sociales. Las más solicitadas han estado relacionadas con los servicios que ofrecemos, aunque también con la solicitud de ayudas económicas, grado de discapacidad e incapacidad permanente. Desde 2.007 contamos con una guía muy completa de recursos sociales que actualizamos periódicamente para informar y seguir apoyando al paciente de cáncer.

Pacientes atendidos Área Social 2022



• **PRÉSTAMO DE AYUDAS TÉCNICAS.** Con este servicio ayudamos en 2.022 a **103** pacientes oncológicos y en cuidados paliativos. Entre otro material prestamos camas eléctricas, sillas de ruedas, andadores, colchones antiescara y grúas.

• PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD:

• Disponemos de fisioterapeutas para el abordaje de la prevención y tratamiento del linfedema.

- Realizamos charlas de fomento de hábitos de vida saludable.
- Consultas y talleres de deshabituación tabáquica.
- Talleres de autoexploración mamaria.

• Proyecto Mariposas. Centro de descanso para pacientes con cáncer y personas con discapacidad reconocida del 33%.

• **FORMACIÓN.** Capacitamos a profesionales sanitarios y sociosanitarios que trabajan con pacientes oncológicos sobre burnout, habilidades sociales, como dar malas noticias, duelo y terapias complementarias para pacientes oncológicos.

• **SENSIBILIZACIÓN Y DIFUSIÓN.** Realizamos campañas de sensibilización porque son una valiosa oportunidad para llamar la atención sobre un determinado tipo de tumor, evidenciar factores de riesgo, recalcar la importancia de la detección precoz y el tratamiento, fomentar el voluntariado y los hábitos de vida saludables como la mejor forma de prevenir el cáncer.



• **VOLUNTARIADO.** Es el pilar fundamental de nuestra entidad. Disponemos de más de 600 personas voluntarias que entre otras actividades realiza acompañamiento, respiro familiar, apoyo relacional, de ocio y tiempo libre y apoyo educativo, apoyo organizativo. Todo el voluntariado recibe una formación muy completa de cara a su intervención con pacientes de Oncología Médica, Oncología Pediátrica, Cuidados Paliativos y Cuidados Paliativos Pediátricos.

Una de nuestras prioridades era conseguir una Unidad de atención a niños y niñas en tratamiento oncológico de Extremadura. En 2005 se consiguió. Desde entonces el Hospital Materno Infantil de Badajoz alberga la Unidad de Oncohematología Pediátrica de Extremadura. Desde AOEx siempre hemos estado al lado de las familias y de sus pequeños ofreciendo servicios de apoyo psicológico y social y, desde que se creó la Unidad hemos ampliado los servicios gracias a nuestro voluntariado con actividades de ocio y tiempo libre y de apoyo educativo.

El año pasado ha visto la luz nuestro proyecto VONCO, peluche y mascota de apoyo a niños con cáncer que simboliza nuestro voluntariado, por ese motivo entregamos un peluche a los peques en el momento del diagnóstico, para que sea su compañero de viaje que les acompañe durante todo el proceso y de esa manera no se sientan sol@s. Disponemos también de VONCO mascota, con la que realizamos multitud de charlas de sensibilización del cáncer en colegios y animaciones en la Unidad de Oncohematología Pediátrica.

El año pasado también pudimos retomar “Letras para cuidar”. Servicio de préstamo de libros en la sala del Hospital de Día del Hospital Universitario de Badajoz

• **TALLERES TERAPÉUTICOS.** En varias delegaciones disponemos de talleres de información y crecimiento personal, mejora de la autoestima y fomento de la condición física: yoga, reiki, meditación, manualidades, teatro, calma tu mente y transforma-T, bailes de salón, cuidados de la piel, maquillaje, colocación de pañuelos, nutrición, entre otros talleres.

• **SERVICIO DE AYUDA A DOMICILIO Y ATENCIÓN A LA DEPENDENCIA.** Este servicio de ámbito autonómico, atiende las necesidades de las personas que por motivos de edad, salud o discapacidad requieren de cuidados en el entorno de tipo personal, doméstico y relacional. Estamos especializando el servicio para los pacientes oncológicos y en cuidados paliativos. El año pasado nuestras **145** auxiliares atendieron a **160** usuarios.

• **APOYO INVESTIGACIÓN.** La investigación constituye un eje de interés estratégico no solo por su contribución a la generación de nuevo conocimiento científico, sino por la mejora de los servicios asistenciales y el cuidado de la salud. Por ello anualmente colaboramos en investigaciones que se llevan a cabo en nuestra Comunidad Autónoma. Hemos participado en varias investigaciones, los resultados de las últimas, que se han centrado en pacientes con cáncer de mama avanzado, se han presentado en el XIII Congreso Internacional de la Sociedad Española de Cuidados Paliativos, celebrado el año pasado en Palma de Mallorca y han versado sobre: ansiedad y factores de riesgo; relación entre fatiga, calidad de vida y ciclos de quimioterapia; deterioro cognitivo relacionado con la quimioterapia y; relación entre diferentes síntomas psiconeurológicos.

Todas las personas que formamos parte de AOEx seguiremos trabajando codo con codo con instituciones públicas, privadas y otras entidades del tercer sector, así como buscaremos nuevas alianzas para seguir mejorando la vida de los y las pacientes y la de su familia.





Fechas IMPORTANTES



Nace la
**ASOCIACIÓN ONCOLÓGICA
EXTREMEÑA**



Sale a la luz la Guía de Recursos Sociales para pacientes oncológicos y familiares.



Inauguración de la Finca de Descanso Mariposas gracias a la colaboración de la Consejería de Sanidad y Dependencia de la Junta de Extremadura.



I Jornadas Transfronterizas "Atención integral al paciente oncológico".



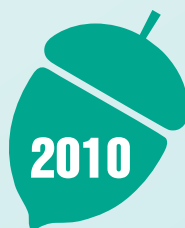
II Jornadas Transfronterizas "Últimos avances y futuro de los tratamientos".



III Jornadas Transfronterizas "Situación actual y perspectiva de futuro de la investigación del cáncer".



AOEX celebra su aniversario con una cena solidaria.



AOEx forma parte del Grupo Español de Pacientes con Cáncer (GEPAC).



AOEX premiado en los premios Superinocentes. AOEx finalista en los II Premios Corresponsables 2011.



Adalid de la Paz y la Solidaridad (Excmo Ayto Albuera). AOEx declarada de Utilidad Pública. Premio Humanidad de Cruz Roja.



Accésit en la modalidad “Agentes Sociales” de la Fundación Alares. Premio al Voluntariado Social de Extremadura concedido por el GOBEX.



I Encuentro Deportivo Solidario “Métele un gol al cáncer”. Carreras Solidarias en Plasencia, Navalmoral de la Mata y Badajoz.



AOEX recibe la Medalla de Extremadura, máximo galardón que concede la Junta de Extremadura.



Apertura de delegaciones: Herrera del Duque, la Zarza, Guadiana del Caudillo, Malpartida de Plasencia y San Vicente de Alcántara.



Mejor asociación de pacientes de Extremadura en la I edición Sanitaria 2000.



Nuevas delegaciones en Puebla Calzada y Zafrá Inauguración nueva sede Badajoz. Celebración XX Aniversario Asamblea Extremadura.



Las nuevas delegaciones ponen en marcha servicios para los pacientes de su área de influencia.



Elaboración *Guía COVID-19 para pacientes oncológicos. Elaboración *Guía de duelo para pérdidas durante el estado de alarma.



Premio TEVA humanizando la sanidad 2021. Nuevo servicio “Teléfono Verde AOEx” para pacientes cáncer de próstata.



Nuevo servicio “Teléfono Dorado” para adolescentes. Nace “Vonco” Mascota y peluche de AOEx. Medalla de Oro Colegio de Médicos de Badajoz.



LA IMPORTANCIA DE LA INVESTIGACIÓN CLÍNICA EN ONCOLOGÍA

Hacia finales de los años 90 recibí una llamada de un antiguo compañero de facultad, Manolo Pajuelo, para presentarme a un grupo de amigos que estaban constituyendo una Asociación de pacientes con cáncer y querían contar conmigo. Nos reunimos en una habitación muy humilde, detrás del Banco de España, en Badajoz, en la Calle Godofredo Muñoz en una especie de cocheras, y en aquel ambiente tan extraño para mí conocí a una mujer excepcional, pequeñita pero con una fuerza y un entusiasmo que me impresionaron, Isabel Rolán.

Desde entonces no hemos parado de trabajar y colaborar para mejorar la asistencia de los pacientes Oncológicos de Extremadura, y por ello, y por ella, escribo estas líneas sobre una parte de mi actividad profesional que es la Investigación Clínica.

Pertenezco a una generación de oncólogos que comenzaron su formación y andadura profesional con muy pocas herramientas para curar el cáncer y mucho entusiasmo.

He visto a lo largo de mi carrera profesional lo que ha cambiado el panorama para el paciente oncológico tanto en terapias efectivas, como en calidad de vida y supervivencia, y hablo con conocimiento de causa como esposo, hijo y hermano de pacientes con cáncer.

He visto el cambio que ha experimentado el cáncer desde dentro, he participado en cientos de ensayos, y he tenido la oportunidad de contribuir a mejorar mi labor asistencial, gracias a la oportunidad de participar en la Investigación Clínica, a veces con mejor o peor fortuna, pero siempre avanzando en el conocimiento y la mejora de mis pacientes.

Investigar es fundamental, participar en ensayos es para el paciente una oportunidad y un acto inmenso de generosidad hacia otros pacientes. Y vemos sus frutos a diario.

Era impensable cuando comencé llegar a ver lo que veo hoy en día, en todos los tumores, y el esfuerzo que está realizando la sociedad para que esto continúe.

Parte muy importante en el desarrollo de los ensayos en la región ha sido el continuo apoyo que la oncología extremeña, y yo mismo, hemos recibido de AOEX, hemos dispuesto de fondos generosos obtenidos con esfuerzo y entusiasmo por cientos de voluntarios en actos sociales de generosidad hacia el que los necesita, y que espero se perciba que su esfuerzo no ha sido en balde y ha revertido en su padre, hermano o vecino, pero que ha merecido la pena.

En este 25 aniversario creo que es más importante la parte emocional que los sinónimos técnicos de la Investigación. Un mensaje sencillo; sin investigación no avanzaremos.

Por último y supongo que en nombre de todos los que formáis AOEX muchas gracias en nombre de la oncología extremeña.

Muchas gracias, Isabel.



Pablo Borrega García
*Oncólogo Médico del
Hospital Universitario de Cáceres*

25 AÑOS DE LA MANO

Me pedís que escriba una carta para conmemorar los 25 años de creación de la Asociación Oncología Extremeña (AOEX), como puedo plasmar en unos párrafos todo lo que habéis supuesto para la Unidad de Onco-Hematología Pediátrica del Hospital Materno Infantil de Badajoz.

Casi podemos decir que hemos ido creciendo de la mano, que fuisteis los primeros que, como asociación de pacientes, supisteis de la necesidad de la apertura de nuestra unidad y que no os rendisteis hasta la creación y puesta en funcionamiento de la misma en octubre de 2005.

Que desde ese momento hemos recibido vuestro apoyo incondicional, y nos habéis acompañado en cada gran paso que hemos ido dando, como ha sido la ampliación de las instalaciones de la Unidad, el aumento de servicios no sanitarios que se ofrecen dentro de la unidad. Habéis sido siempre grandes colaboradores y esperamos que lo sigáis siendo durante muchos años más.

A vosotros os toca la parte más complicada, la de ayudar a las familias en uno de los momentos más importante de su vida, el enfrentarse a la incertidumbre que supone la enfermedad de un hijo. Apoyar a esos padres a conseguir entender lo que está pasando y como adaptarse a ello, ayudarlos y ayudarnos a que la información entre nosotros sea abierta, sincera y sin miedos. Ayudar a esos pequeños y a veces no tan pequeños pacientes que ven como su vida cambia de la noche a la mañana, que de golpe les toca madurar y muchas veces perder esa inocencia tan preciada a esas edades. Conseguís con vuestro voluntariado demostrarles que siguen siendo niños y que se puede jugar y divertirse aunque estemos en la habitación de un hospital.

No podemos olvidarnos de los hermanos, esos grandes olvidados que se quedan en casa y ven también como su vida cambia, y como a veces, no se les permite ser partícipes de lo que ocurre en el hospital, ellos también necesitan su periodo de adaptación y es necesario que si lo necesitan sepan que estáis ahí para ellos.

Por eso daros las gracias por estos 25 años de convivencia, amistad y apoyo. Esperamos poder seguir creciendo todos juntos y hacer felices a nuestros pequeños pacientes y sus familias, que al final es por quien se trabaja cada día.

Un abrazo enorme y felicidades.



Mª Luisa Moreno Tejero
Oncóloga Pediátrica



TESTIMONIOS DE PACIENTES Y VOLUNTARIOS

Cuando Raquel se puso en contacto conmigo para que escribiese unas palabras como paciente que ha utilizado los servicios que puso a mi disposición AOEX, y que sigo utilizando, estuve tentada a declinar la propuesta.

Raquel me recordaba que mi grupo fue el primero en iniciar los talleres....Uff demasiadas emociones. Inevitablemente me venía a la mente un montón de caras ausentes.

¿Qué puedo hablar yo de los Talleres, de mi grupo, de AOEX!!?

Me tomé un instante para pensar y ser consciente de las sensaciones que estaba viviendo, "el estar presente", que me diría M^a José con su voz ronca.

Le conté a mi "Pepito Grillo" particular mis dudas, me miró y me dijo:

-";Claro que es duro hablar! pero al hablar de lo vivido tienes la oportunidad de recordarles, y aunque llores, esa pena significa toda la unión, las risas, el amor que os demostrasteis, el tiempo que VIVISTEIS juntos.

Y volví a pensar en AOEX, en todo lo que me ha dado durante tanto tiempo y recordé cuando entré por primera vez en el hospital de día, en la sala de oncología, con el miedo que trae consigo la incertidumbre, a ponerme mi primera quimio. Ahí me derrumbé también por primera vez desde mi diagnóstico. No hubo más dramas, allí estaban para sujetar mis ánimos Marta y M^a José, que me explicaron todo lo que me iba a pasar en esos momentos, me dieron todas las recomendaciones no escritas que aún estoy agradeciendo y me hablaron de AOEX, una asociación para mi desconocida, que llena de proyectos, me ofrecía la mano a cambio

de nada. Sinceramente, no sabía que pensar, pero tampoco perdía nada en conocerla.

Llegué a la asociación y formé parte del grupo que inició los talleres de la mano, entre otros, de un paciente-voluntario, mi buen amigo José Antonio Caldito, es al único componente del grupo que me voy a tomar la licencia de nombrar porque sé que mis compañeros estarían de acuerdo conmigo. Juntos conocimos el Reiki, la dulce meditación con la luz de Teresa, el yoga. En los talleres aprendimos a trabajar juntos, a crecernos frente a los diagnósticos, a comprender la esperanza y también la aceptación, a valorar las cosas más simples. Cuantas charlas llenas de risas con llantos compartidos. Nos unimos tanto que las caídas de uno las compartíamos todos y celebrábamos los buenos diagnósticos como la final de un mundial.

Sólo teníamos que mirarnos para saber lo que sentíamos, no nos hacían falta las explicaciones, no teníamos que justificar nuestro estado, porque todos estábamos viviendo las caras de la enfermedad, todos peleábamos contra nosotros mismos y nuestro huésped y en esas horas de conexión que nos entregaban los talleres no éramos pacientes ni enfermos, éramos amigos. Hicimos nuestro "Resistiré".

iii Cómo echo de menos nuestros interminables desayunos!!

El tiempo que vivimos juntos iii;qué regalazo!!! El tiempo, cuando aprendes a valorarlo, cuando te das cuenta de que lo más valioso que te puede dar alguien es el tiempo, porque es suyo y no se recupera. Y descubres que de manera altruista AOEX cuenta con un montón de almas que llevan regalando su tiempo para cooperar y

ayudar de diferentes maneras a los pacientes oncológicos que no conocen de nada y a sus familiares desde hace 25 años.

Hoy cuando hablaba por teléfono con mi amigo José Antonio, que tomó la decisión de apostar y pelear por los talleres durante estos años, le pregunté el

porqué tanta dedicación, tantas horas, tanto tiempo y me contestaba: Hay que hacerlo por los que están, por los que estuvieron y por los que quedan por venir. Gracias amigo



Hay asociaciones que tienen representantes famosos, la mía tiene a los más grandes, AOEX se ganó el derecho de escribir su nombre con mayúsculas.

Gracias, gracias, gracias.

Antonia Izquierdo Rubio
Paciente

Dejé la UNEx a los 60 años y no admitía pasar a pertenecer a las "clases pasivas", como se denomina a las personas que alcanzan la edad de retirarse del trabajo remunerado. Pienso que es un lujo haber podido recibir una educación y siento que lo debo devolver a la sociedad de alguna manera.

Entro a formar parte del Voluntariado de la Asociación Oncológica Extremeña en mayo de 2013. En estos 10 años que llevo en AOEX he comprendido mejor la

realidad de las personas y sus problemas, he tenido la oportunidad de transmitir conocimientos y utilizarlos para mejorar la vida de los demás, he mejorado la autoestima dejando de lado la individualidad y el egoísmo para ser más humana y generosa.

Las voluntarias tenemos una visión más positiva del mundo y más esperanza en poder cambiar la realidad, cambiando nuestra forma de pensar y sentir. ¡¡GRACIAS AOEX!!

Ascensión Fernández González
Voluntaria AOEX

Ser voluntaria es dar paz y acompañar tanto al paciente como a la familia. Es una labor que me llena de ilusión día a día. Siempre nos sentiremos orgullosos de pertenecer a un grupo tan humano y tan necesario.

Noelia Galindo Márquez
Voluntaria AOEX

No tengo palabras para describir como me siento haciendo felices a los pequeños cada vez que voy a la Unidad de Oncohematología Pediátrica o participo en alguna actividad extrahospitalaria. Soy una persona más feliz y alegre cada vez que me enfundo a VONCO, hasta el punto que me olvido de mi enfermedad, la esclerosis múltiple.

Lucía Gómez Carapeto
Voluntaria AOEX



Área de Salud _____ ¿Tiene usted minusvalía reconocida? ☐ Sí ☐ No

Firma

JUNTA DIRECTIVA

Isabel Rolán Merino (Presidenta)
Amalia Franco Galán (Vicepresidenta 1ª y Delegada AOEX Mérida)
Juan Bautista Polo Gregorio (Vicepresidente 2º)
Mª del Rosario Powes Alvarado (Secretaria)
José Joaquín Ubenga Fernández (Tesorero y Vocal)
Alfonso González Almuíña (Vocal)
José Antonio Caldito (Vocal)
Emilio Salguero Chávez (Vocal)
Mª José Nieto Franco (Vocal)
Florencio Fernández Toro (Delegado AOEX Zafra y Representante Delegaciones Provincia de Badajoz)
Milagros Ovejero González (Delegada AOEX Plasencia y Representante Delegaciones Provincia de Cáceres)

DELEGAD@S

Laura Pérez Ayuso (Delegada AOEX Puebla de la Calzada)
Montaña Ortega Bejarano (Delegada AOEX Cáceres)
Ricardo Peña Rubio (Delegado AOEX Herrera del Duque)
Mª José Sánchez Calderón (Delegada AOEX Don Benito-Villanueva)
Francisca Parra Rosso (Delegada AOEX Llerena y Fuente de Cantos)
Herlinda de la Hija Izquierdo (Delegada AOEX Coria)
Jorge Barrado González (Delegado AOEX Navalmoral de la Mata)
José Pérez Flores (Delegado AOEX Guareña)
Simón Caballero (Delegado AOEX Calamonte)
Saly Recio Serrano (Delegada AOEX Malpartida de Plasencia)
Leopoldo Cid de Rivera (Delegado AOEX San Vicente de Alcántara)
Ana Belén Gómez Barrena (Delegada AOEX Gadiana)
Faustino Bravo Pablos (Delegado AOEX Monesterio)
Isidora Carbajo Reino (Delegada AOEX Alburquerque)
Juan Pedro Rejano García (Delegado AOEX Arroyo de San Serván)
Antonia Galán Pérez (Delegada AOEX La Zarza)



PROFESIONALES

Directora Técnica
y Coordinadora de Trabajo Social
Raquel Cano Sánchez

Coordinadores
Marta Nadal Delgado
Susana Martín Lunar
Jaime Sánchez González

Secretaria Presidencia
Ana M^a Silverio Durán

Educadora Social
María Engracia Manzanedo Martín

Administración
Laura Suárez Martínez
M^a Agustina Mateos Cortés

Psicólog@s
M^a Jesús Vázquez Ramos
Valentín Gil Tejada
Marta Gundín Martín
M^a José Casasola Alcazar
Blanca Moreno Hidalgo

M^a Claudia Cortés Rodríguez
Jerónima Vázquez Ortiz
M^a Purificación Barroso Parra
Petra González Cañamero
Manuel David Gámez García
Marta Álvarez Serrano
María Reyes Alcaide
M^a Jesús Herrero Sánchez
José M^a Muñoz Martínez

Trabajadoras Sociales
M^a Judith Camello Resmella
Eva M^a Sánchez Sánchez
Guadalupe Cortés Huertas

Limpiadora
Ángela Pulido Gómez

Fisioterapeutas
José Miguel Arellano Borrajo
Marta Díaz Morales

Asesora Jurídica
Ana Isabel Blanco Ballesteros



Si quieres, puedes contactar con nosotros en:

SEDE CENTRAL BADAJOZ

C/ Padre Tomás nº 2. CP 06011

Telf.: 924 207 713 E-Mail: info@aoex.es / www.aoex.es

Delegaciones de AOEx

PROVINCIA DE CÁCERES

CÁCERES

Telf.: 927 199 905 / 662 650 839 • E-Mail: caceres@aoex.es

CORIA

Telf.: 673 925 157 • E-Mail: coria@aoex.es

NAVALMORAL DE LA MATA

Telf.: 927 115 710 / 692 610 373 • E-Mail: navalmoraldelamata@aoex.es

MALPARTIDA DE PLASENCIA

Telf.: 642 158 734 • E-Mail: malpartidadeplascencia@aoex.es

PLASENCIA

Telf.: 692 610 375/927 425 089 • E-Mail: plascencia@aoex.es

PROVINCIA DE BADAJOZ

ALBURQUERQUE

Telf.: 924 207 713 • E-Mail: alburquerque@aoex.es

ARROYO DE SAN SERVÁN

Telf.: 645 255 601 • E-Mail: arroyodesanservan@aoex.es

CALAMONTE

Telf.: 692 610 376 • E-Mail: calamonte@aoex.es

DON BENITO-VILLANUEVA DE LA SERENA

Telfs.: 924 841 677 / 692 610 374 • E-Mail: donbenito.villanueva@aoex.es

FUENTE DE CANTOS

Telfs.: 924 116 989 / 615 394 997 • E-Mail: fuentedecantos@aoex.es

GUADIANA DEL CAUDILLO

Telf.: 678337125 • E-Mail: guadiana@aoex.es

GUAREÑA

Telfs.: 692 626 1 30 / 924 351 092 • E-Mail: guarena@aoex.es

HERRERA DEL DUQUE

Telfs.: 660 943 578/ 650 632 869 • E-Mail: herreradelduque@aoex.es

LA ZARZA

Telf.: 693 744 608 • E-Mail: lazarza@aoex.es

LLERENA

Telfs.: 924 116 989 / 615 394 997 • E-Mail: llerena.zafra@aoex.es

MÉRIDA

Telf.: 924 330 067 / 692 610 376 • E-Mail: merida@aoex.es

MONESTERIO

Telf.: 677 240 536 • E-Mail: monesterio@aoex.es

PUEBLA DE LA CALZADA

Telf.: 670 664 068 • E-Mail: puebladelacalzada@aoex.es

SAN VICENTE DE ALCÁNTARA

Telfs.: 680 600 448 • E-Mail: sanvicente@aoex.es

ZAFRA

Telf.: 666 120 381 / 643 573 586 • E-Mail: zafra@aoex.es

AOEx pertenece y/o colabora:





Asociación Oncológica Extremeña
«NO ESTÁS SOL@»

www.aoex.es

<https://www.facebook.com/AsociacionAOEx>

https://www.youtube.com/channel/UCKHbpivrPrWBx_uughicAGw/

<https://instagram.com/aoexbadajoz?igshid=YmMyMTA2M2Y=>

<https://twitter.com/AOEx1>

PATROCINA:

