

la revista aeccValencia



Prevención, apoyo e investigación frente al cáncer

*un verano
saludable*



DESTACAMOS

Mesa Redonda
'Jóvenes Saludables'

ESPECIAL CONGRESO

Formación, divulgación y
esperanza frente al cáncer

AECC TE CUIDA

Beneficios de los
Grupos Terapéuticos



Tomás Trenor
Presidente AECC Valencia

“UN VERANO SALUDABLE”

La concienciación y prevención son un pilar fundamental en AECC Valencia. Por eso, en este número abordamos como tema central de nuestra revista la percepción que poseen los jóvenes de tóxicos como el alcohol y el tabaco y sus nuevas formas de consumo. Lo hacemos desde diversas miradas, la de padres, educadores, médicos de familia, psicólogos y también, de la suya, la de los propios jóvenes. También con espíritu de formación y concienciación se ha llevado a cabo el I Congreso Comunitat Valenciana para personas con cáncer y familiares, organizado por AECC Valencia junto a las juntas provinciales de Alicante y Castellón y que recordamos a través de estas páginas. Además, en este número hacemos balance de toda la actividad llevada a cabo por la Asociación en 2018. Más de 150.000 atenciones de prevención, concienciación, apoyo y acompañamiento y 1,1 millones de euros invertidos en investigación, en proyectos como los que os explicamos en nuestra sección 'Investiga' que, sin duda, nos permiten ir dando pasos hacia la curación del cáncer.

Espero que la lectura de todos estos temas os resulte sumamente interesante.

Felices y saludables vacaciones.



DESTACAMOS / JÓVENES SALUDABLES



“A los 15 años los órganos no están preparados para consumir alcohol. Cualquier ingesta, sea cual sea, es una barbaridad”

Desde AECC Valencia hemos querido conocer la percepción que poseen los jóvenes sobre factores de riesgo para la salud como el alcohol, el tabaco y sus nuevas formas de consumo. Por ello, nos hemos reunido en mesa redonda con Helena Ogle, alumna de 2ª de la ESO, Robert Ogle, padre de familia, y con Luís Alcacer, psicólogo y orientador del English School Los Olivos. Junto a ellos han estado Remei Raga, médica de familia, comunitaria y presidenta del Consejo de Salud de República Argentina, y Javier García, psicólogo de AECC Valencia y responsable de Área de Promoción de la Salud. Cinco perspectivas a una misma problemática para resolver nuestras preguntas.

Patrones de consumo

-El consumo de alcohol y tabaco comienza en la adolescencia ¿Por qué ocurre exactamente? ¿Qué invita a los jóvenes a iniciarse en estas prácticas?

Luís: Por una serie de factores. En primer lugar, la adolescencia se caracteriza por la búsqueda de sensaciones y la toma de conductas que no están bien vistas, por ejemplo, fumar. Por otra parte, está el entorno cultural que nos invita a ver como normal y familiar que salir a tomar algo significa pedir una cerveza en un bar.



Luís Alcacer:
“Cualquier adicción es una pérdida de la autonomía y de libertad”

Robert: Ahora las nuevas generaciones tienen acceso a medios sociales con informaciones que son más difíciles de controlar. A eso, se le juntan la presión social y la idea de ver como glamuroso el consumo de alcohol o tabaco.

Remei: En ese sentido, sobre la presión social, es normal que el adolescente se sienta más vulnerable, ya que conforme va independizándose del núcleo familiar tiene la necesidad de pertenencia a un grupo. Luego, la facilidad que existe de consumo en los lugares de ocio de este país es muy alta. En España, el precio del alcohol a través de los impuestos es un 19% más económico que en el resto de Europa.

Helena: Muchos empiezan a beber porque, si a cierta edad no has bebido, te conviertes en un soso. Se sienten presionados en algo que quizás no quieren hacer, pero al ver que todos lo hacen, se unen.

Javier: Es verdad, en la adolescencia sientes la presión del cómo te ven, de si no bebo me consideran un soso

o sosa, y acabas haciendo lo que te identifica con tus amigos. Nos han metido en la cabeza que beber o fumar es divertido.

-¿Ha cambiado la manera de consumir alcohol entre los jóvenes?

Remei: Muchos adolescentes hacen un consumo incontrolado de alcohol en el botellón, una forma de desinhibirse y facilitar sus relaciones sociales. De hecho, se está convirtiendo en una práctica común el 'atrachón' de alcohol. Por ejemplo, si una joven de 15 años con un peso de 50 kilos bebe medio litro de vodka o ginebra en una hora tiene un elevadísimo riesgo de muerte, algo verídico, ya se han dado casos. A los 15 años los órganos no están preparados para consumir alcohol. Cualquier ingesta, sea cual sea, es una barbaridad.

Helena: Si, tengo conocidos que ya han tenido un coma etílico.

-¿A qué edad es habitual empezar a fumar? ¿Cómo capta la industria del tabaco a los más jóvenes? ¿Hay nuevos productos?

Helena: La verdad es que conozco a algunos de entre los 13 y 14 años que fuman. Aunque no fuman tabaco directamente, sino vapers.



Helena Ogle:
“Tengo conocidos de entre los 13 y 14 años que fuman o que han tenido un coma etílico”

Javier: Exacto, la industria vuelve a estar por delante de nosotros. De hecho, han creado diferentes dispositivos como los vapers, los cuales pueden contener o no nicotina, pero aún así pueden tener una cantidad mínima. También, han introducido los dispositivos por calentamiento, estos no

producen la combustión de un cigarro convencional, pero contienen tabaco. En sí, nuevas formas de consumo que se venden como una puerta de salida al consumo de tabaco, pero que realmente están funcionando como puerta de entrada a las nuevas generaciones.

Percepción del riesgo

-¿Existe la percepción del riesgo sobre el alcohol? ¿Hay una cantidad adecuada de consumo? ¿Normalizamos su consumo en la sociedad?

Robert: La percepción de riesgo es baja. Ahora los adolescentes comparten en los botellones la bebida y no son capaces de calcular cuánto llevan consumido.



Robert Ogle:
“Ayudemos a nuestros hijos a que sean fuertes y sepan decir no”

Remei: En España, comprar alcohol es posible a cualquier hora del día, un factor que invita a incrementar el consumo entre los más jóvenes.

Luís: La verdad es que las borracheras entre chicos y chicas están vistas como medallas. Una interpretación del consumo que no permite ver su riesgo, ya que cualquier adicción es una pérdida de la autonomía y de libertad.

Helena: Aunque realmente que alguien vaya muy borracho no es divertido, pero si es solo un poco llega a hacer gracia.

Javier: Es normal, si es que nos hacen creer que las fiestas están directamente relacionadas con el alcohol. Muchas fiestas están íntegramente patrocinadas por marcas de cervezas, publicidad subliminal que nos cuelean constantemente. Y en cuanto a la cantidad, mi recomendación

DESTACAMOS / JÓVENES SALUDABLES

es cero para todos, tanto en tabaco como en alcohol.

Afectación de la salud, alternativas y apoyo

-¿Tienen estos consumos consecuencias a largo plazo?

Remei: Claro, el alcohol afecta a aspectos físicos, psicológicos y mentales. Por ejemplo, está relacionado con más de 200 enfermedades y con las alteraciones del comportamiento como puede ser la impulsividad o la agresividad. Luego, tiene mucha relación con diferentes cánceres, y este es un aspecto desconocido. En concreto, se relaciona su consumo con el cáncer de colon, recto, mama, lengua, garganta, páncreas o de hígado. En sí, es un factor de riesgo para la salud por encima de la hipertensión o la obesidad.

-¿Cómo podemos contrarrestar esta tendencia? ¿Cómo podemos ayudar a los jóvenes?

Javier: Sería interesante que los jóvenes nos cuenten sus razones para no empezar a beber o fumar. Escucharlos, poder tratar con ellos razones de peso potenciando el pensamiento crítico y trabajar mucho los factores de protección, más que hablar de factores de riesgo. En sí, fomentar acciones en las que se vean partícipes y sientan que ellos están haciendo el cambio.

Remei: Exacto. Porque existe una gran presión social para favorecer el consumo, pero luego la responsabilidad es tuya. Realmente, nadie termina fumando, drogándose o bebiendo



Javier García: “Hay que trabajar mucho los factores de protección, más que hablar de factores de riesgo”

libremente, sino porque no ha tenido otras alternativas. Pero, la sociedad ante esto se inhibe, señala como único culpable al afectado. Esta es la responsabilidad social que se ha olvidado, porque solo la prevención y la promoción de la salud evitan la enfermedad. Una persona no ve el comportamiento de riesgo hasta que le afecta directamente.

-Y, ¿qué estrategias podemos darles a los jóvenes? ¿Qué pueden hacer para no caer en el consumo?

Luis: Algo fundamental es trabajar la parte emocional de los niños, darles herramientas para que no se metan en algo que no quieren. Que crezcan emocionalmente fuertes, teniendo recursos propios para decir sí o no porque, aunque se conciente del riesgo

del tabaco o el alcohol, si no tienen herramientas caerán en otras adicciones.

Remei: Claro, hay que aumentar el buen ejemplo, la 'no permisividad' y la 'no aceptación familiar' del hábito del alcohol, dándole la importancia que tiene y no restándosela.



Remei Raga: “El alcohol está directamente relacionado con la aparición de cáncer de colon, recto, mama, lengua, garganta, páncreas o de hígado”

Javier: Necesitamos un equilibrio sin llegar a ser paternalistas. Primero, trabajar a nivel micro con la persona, fomentar habilidades que le ayuden a afrontar esas nuevas situaciones decidiendo con autonomía y libertad. Segundo, ampliar esa formación a nivel 'meso', donde los entornos (centros educativos, de salud...) faciliten el abandono de hábitos como el tabaco. De esta forma, no se responsabilizaría exclusivamente a uno mismo de sus actos sino a todo un entorno. Y, por último, a nivel macro crear una legislación que fomente estilos de vida saludables.

Helena: También nos gustaría que bajaran los precios del cine, por ejemplo. Planes más económicos para que salir de botellón no sea la única opción de ocio nocturno.

Robert: Sin duda, ayudemos a nuestros hijos a que sean fuertes y sepan decir 'no' a situaciones que no quieran. Y desde casa, darles opciones y potenciar en ellos otros intereses.



ESPECIAL CONGRESO



AECC convierte a Valencia en capital contra el cáncer

El pasado 8 y 9 de febrero, un total de 1.150 asistentes se reunieron en el I Congreso para pacientes con cáncer y familiares organizado por las tres juntas provinciales de AECC en la Comunidad Valenciana. Un evento para entender el presente y futuro de la investigación en cáncer, desmontar todos los mitos que existen a su alrededor e informarse sobre la situación y perspectiva en la evolución de la patología.

Bajo el lema 'Mil Caras frente al cáncer', autoridades, especialistas, pacientes y familiares se unieron para conocer y expresar su perspectiva sobre la enfermedad. "Nadie es ajeno al cáncer, es una de las amenazas más fuertes que tenemos y, por eso, hay que estar preocupados y ocupados en buscar el mejor acompañamiento y paliar el impacto

que tiene", aseguraba Ximo Puig, presidente de la Generalitat Valenciana, quien inauguró el Congreso. También, Tomás Trenor, presidente de AECC Comunitat Valenciana, expresó que desde la Asociación se busca dar una visión global sobre la enfermedad para afrontarla, "porque el triunfo del cáncer será el triunfo de toda la sociedad, o no lo será".



Ximo Puig: «Tenemos que estar preocupados y ocupados en buscar el mejor acompañamiento»



Tomás Trenor: «El triunfo del cáncer será el triunfo de toda la sociedad, o no lo será»





Mesas redondas formadas por pacientes y especialistas

El Congreso se articuló en torno a cuatro mesas redondas que contaron con las primeras espaldas en oncología, investigación, nutrición o sexología, entre otros. En concreto, oncólogos como Ana Lluch, Vicente Guillem, Adela Cañete, Antonio Llombart Cussac y María Tasso ofrecieron datos e información sobre avances clínicos. Además, incidieron en la importancia de una buena comunicación entre paciente-familiar y médico.

Por otra parte, investigadores como María Domínguez o Carlos Romá compartieron la necesidad de dar valor a los estudios que se realizan en los laboratorios. Y, las profesionales de AECC, Cristina Flor y Rosario Sepulcre, hicieron hincapié en los beneficios de las terapias individuales o grupales, ya que un 30% de los pacientes o familiares que se enfrentan al cáncer precisa algún tipo de atención psicológica especializada.

Talleres satélite impartidos por profesionales

Además de las mesas redondas, a lo largo de este Congreso que ha representado los valores de apoyo, fraternidad y esperanza que caracterizan a AECC, se organizaron actividades satélite. De esta forma, talleres como Nutrición, Sexualidad, Cuidados del cuidador u Orientación sobre recursos sociales permitieron trasladar conocimientos prácticos a los asistentes. También, destacó el taller de actividad física y expresión corporal denominado NIA, el cual remarcaba la importancia de

practicar deporte como medida de prevención contra el cáncer o de recuperación tras un tratamiento oncológico.

Asimismo, se celebró un encuentro con los jóvenes investigadores que han recibido las becas predoctorales de AECC Valencia. Unas ayudas a la investigación que son posibles gracias al apoyo de las Juntas Locales comprometidas con RunCáncer, circuito solidario de marchas y carreras que recauda fondos para financiar sus becas.



Las informaciones falsas complican los tratamientos oncológicos

En la mesa redonda 'Hablando de lo que no se habla: desmontando mitos', el jefe del servicio de oncología médica del hospital Arnau de Vilanova, Antonio Llombart, subrayó el riesgo al que se someten quienes apuestan por tratamientos alternativos o pseudocientíficos.

La importancia de comunicar sobre investigación

En el Congreso se dio un papel importante a las intervenciones realizadas por investigadores, quienes transmitieron y comunicaron el valor de sus funciones "a la sociedad a quien nos debemos", aseguraba Carlos Romá, profesor, divulgador e investigador de la Universitat de València.



Los beneficios de los grupos terapéuticos de AECC Valencia

La entidad oferta varios grupos terapéuticos de carácter gratuito que ayudan a afrontar las nuevas situaciones que se presentan antes, durante y después del tratamiento oncológico.

“Gracias a las herramientas que me ha facilitado la psicóloga del grupo de relajación, los nervios que aparecen los días previos a las pruebas de revisión desaparecen”, cuenta Elia, quien inició las sesiones

de relajación gracias al psicólogo de AECC Valencia del Hospital Clínic Universitari de València. “El grupo de relajación trabaja aspectos psico-educativos de la ansiedad, manejo del estrés, comunicación y técnicas

de gestión emocional”, explica Natalia Ruiz, psicóloga de AECC Valencia y encargada de varios grupos terapéuticos.

Además, se ofrece el taller psico-educativo 'Cuidando al cuidador' dirigido a familiares y que aborda los aspectos emocionales, psicológicos y sociales derivados de la práctica del cuidado. También, grupos como 'Mucho x Vivir' dirigido a personas que han superado un cáncer, el grupo resilientes para supervivientes o pacientes que tienen algún tipo de tratamiento crónico y la terapia de duelo para afrontar adecuadamente la pérdida de un ser querido. Igualmente, se imparte el taller de estimulación cognitiva, totalmente práctico para trabajar capacidades como la memoria y la atención que se ven afectadas tras tratamientos como la quimioterapia.

“Uno de los objetivos de ofertar las terapias grupales es reforzar ciertos aprendizajes que a veces son más fáciles de conseguir con la dinámica grupal y el modelado y refuerzo entre iguales”, concluye Pilar Moreno, Responsable de Programas y Servicios de la entidad.

Apúntate o pide más información en 963 391 400/900 100 036

Los ciudadanos 'se sientan' frente al cáncer de colon

Con motivo del Día Mundial para la Prevención del Cáncer de Colon, AECC Valencia instaló váteres en diferentes puntos de Alcúdia, Algine, Almussafes, Carlet, Riola, Sollana, Sueca y València para explicar a los ciudadanos la importancia del Test de Sangre Oculta en Hece para prevenir el cáncer de colon.

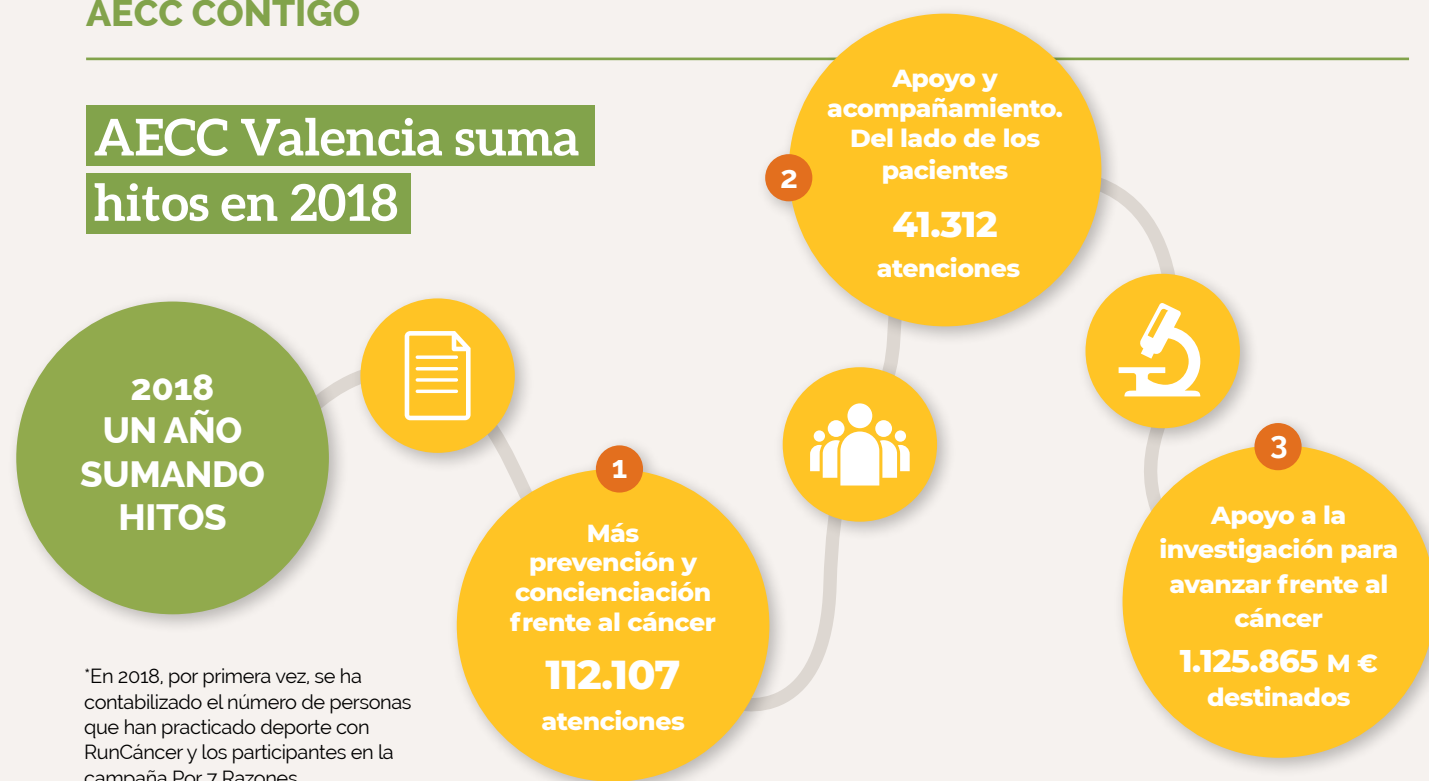
Bajo el lema 'Sentada contra el cáncer de colon. Hazte la prueba. Un minuto, una vida', voluntarios y especialistas de la entidad informaron sobre esta prueba. Actualmente, en la Comunitat Valenciana existe un 100% de cober-

tura del cribado contra el cáncer de colon, pero solo un 48% de la población diana se realiza la prueba.

Si quieres llevar esta iniciativa a tu población pide más información en 963 391 400/900 100 036



AECC Valencia suma hitos en 2018



*En 2018, por primera vez, se ha contabilizado el número de personas que han practicado deporte con RunCáncer y los participantes en la campaña Por 7 Razones

La Asociación llega a las 153.419 atenciones de prevención y apoyo contra el cáncer, e incrementa un 24,1% los fondos destinados a proyectos de investigación.

Prevención y concienciación para todos

La incidencia del cáncer se puede reducir con población más informada y potenciando una vida saludable. Por ello, el objetivo de AECC Valencia es informar a la población, tanto adultos como niños, sobre distintos aspectos relacionados con el cáncer en diferentes localidades de la provincia.

Gracias a estas charlas junto a talleres y actividades, este curso, la entidad ha informado y concienciado a un 33% más de niños/as y jóvenes valencianos con respecto al curso anterior. Además, las 2.597 sesiones de tratamiento contra el tabaquismo han conseguido que el porcentaje de deshabituación haya llegado hasta el 43% en 2018.

Asimismo, el área de prevención y concienciación ha incluido tanto a las 1.224 personas que se sumaron a la campaña 'Por 7 razones Como Sano', como a los más de 67.000 participantes que practicaron deporte en el circuito de marchas y carreras 'RunCáncer'.

En total, AECC Valencia ha sumado con diferentes acciones 112.107 atenciones en la sociedad valenciana.

Apoyo y acompañamiento frente al cáncer

Los datos revelan que un 30% de los pacientes o familiares que se enfrentan a un proceso oncológico precisará algún tipo de atención psicológica especializada. En concreto, este pasado año crecieron hasta un 10,18% el número de sesiones psicooncológicas realizadas por los profesionales de AECC Valencia tanto para niños como para adultos, es decir, 2.584 personas atendidas.

También, con el incremento de las atenciones sociales se aprecia como cada día son más necesarias y útiles entre las personas con cáncer y sus familiares. Del mismo modo, se han aumentado las sesiones en asesoramiento médico gracias al teléfono de atención permanente de Infocáncer.

Por otra parte, los voluntarios y voluntarias de AECC Valencia estu-

ron 228 días presentes en los hospitales de La Fe y El Clínico. Así pues, el equipo de voluntariado ha conseguido llevar la animación y el juego a los más pequeños ingresados en las plantas de Oncología, organizar excursiones y campamentos para los niños/as oncológicos, visitar a personas adultas o acompañarlas unas horas para que sus familiares descansen.

La importancia de la investigación

La investigación en cáncer es un pilar fundamental en AECC. Por lo tanto, desde la junta provincial de Valencia se ha incrementado un 24,1% los fondos asignados a proyectos de esta área.

En total, 1.125.865 euros destinados a la Fundación Científica AECC que apoya varios proyectos de investigación sobre cáncer infantil, melanoma y colon en centros valencianos, a becas predoctorales que apuestan por el talento joven de Valencia y a becas de prácticas en laboratorios durante el periodo estival para estudiantes universitarios.

AECC Valencia apoya dos proyectos de investigación en cáncer de colon y neuroblastoma infantil

En 2018, AECC Valencia destinó más de 1,1 millones de euros en investigación en cáncer. Gracias a diferentes actividades solidarias impulsadas por las Juntas Locales, la participación en el circuito de carreras y marchas 'RunCáncer', y a otras muchas acciones, la Asociación pudo dotar de ayudas tanto a investigadores de larga trayectoria como a jóvenes que están iniciando su carrera.



La microbiota intestinal, clave para la investigación en cáncer de colon.

El doctor Andrés Moya, de la Fundación para el Fomento de la Investigación Sanitaria y Biomédica de la Comunidad Valenciana (FISABIO), desarrolla una investigación sobre la condición hereditaria en el síndrome de Lynch y su relación con la microbiota intestinal, ya que puede estar relacionada con un alto riesgo de desarrollar cáncer de colon. "Hemos observado cómo un grupo concreto de bacterias que viven en el intestino, bajo determinado tipo

de dietas, pueden potenciar la aparición de tumores de colon", afirma el director de la investigación financiada en parte por AECC Valencia.

Gracias al análisis de muestras fecales de pacientes con síndrome de Lynch que no han desarrollado cáncer de colon, el equipo de investigación formado por 13 investigadores podrá analizar la microbiota de esos pacientes y observar si su

"Hemos observado cómo un grupo concreto de bacterias que viven en el intestino, bajo determinado tipo de dietas, pueden potenciar la aparición de tumores de colon"

composición y funcionamiento es similar al de la población sin síndrome de Lynch. "Esta investigación abre la puerta a resultados muy prometedores para uno de los tumores con mayor incidencia", comenta el doctor, quien califica de esenciales las ayudas a la investigación que promuevan un futuro sin cáncer.

El proyecto LIQUIDHOPE liderado por Jaime Font De Mora Sainz investiga en cáncer infantil.

El investigador Jaime Font De Mora Sainz lidera el proyecto de investigación 'Liquidhope' del programa europeo ERA-NET TRASCAN sobre neuroblastoma infantil, también apoyado por AECC Valencia. El objetivo final del proceso es detectar aquellos marcadores tumorales en sangre y médula que permitan realizar un diagnóstico y seguimiento precisos de la evolución de los neuroblastomas infantiles con peor pronóstico.

"La lucha contra el cáncer empieza con la investigación. Es esencial averiguar cuáles son las bases moleculares que hacen que una célula normal se convierta en cancerosa para encontrar mejores tratamientos", asegura el investigador Font de Mora. Actualmente, el neuroblastoma infantil afecta cada año a 80 niños en España, y representa el 11% de todas las muertes relacionadas con tumores en edad infantil.



AECC CONECTA

El circuito RunCáncer aumenta su recorrido de 71 a 80 localidades

La V edición RunCáncer amplía su itinerario a un total de 80 localidades valencianas con el compromiso y participación de las Juntas Locales. De este modo, el circuito de carreras y marchas solidarias más grande de Europa se consolida en la sociedad valenciana y pretende superar los 75.000 participantes.



Las pruebas deportivas del circuito, 18 de las cuales también albergan la modalidad de carrera, se están desarrollando desde el pasado mes de febrero y seguirán celebrándose hasta finales de este año en 80 localidades de la geografía valenciana. RunCáncer invita a todos los ciudadanos y ciudadanas a practicar deporte como medida de prevención contra el cáncer, además de apoyar a la investigación oncológica con la recaudación de fondos a favor de esta.

En el año 2018, la recaudación total por parte de RunCáncer y sus participantes llegó a los 309.135€. Dicha cantidad ha permitido dotar a cinco jóvenes investigadores con las becas predoctorales de AECC Valencia para desarrollar sus respectivos proyectos.

AECC Valencia dona 200 prendas diseñadas para cuidar la intimidad de las mujeres en Radioterapia

Las pacientes con cáncer de mama que reciban un tratamiento radioterapéutico en el Hospital Universitari i Politécnic La Fe de València podrán hacer uso de la nueva prenda confeccionada exclusivamente para mejorar su confort y comodidad gracias a AECC Valencia. La entidad ha donado 200 unidades para sustituir los paños utilizados hasta el momento. "Una persona que se siente cómoda y segura está más abierta a participar y colaborar con los especialistas, hay menos miedo y ansiedad ante el procedimiento médico", asegura Cristina Flor, psicooncóloga de AECC en La Fe y asesora durante el proceso de confección. Por su parte, el presidente de AECC Valencia, Tomás Trenor resalta el compromiso de la entidad ante cualquier iniciativa que suponga una mejora para el paciente.



AECC SE MUEVE



Cena solidaria

Albal



Alboraya



Curso General de Facebook para Juntas Locales



Iluminación del Teatro Municipal en el Día Mundial contra el Cáncer

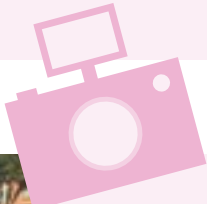


Comida Benéfica



Rifa Benéfica

Alcàsser



Alcúdia



Campaña Día para la Prevención del Cáncer de Colon



Tradicional rastrillo de Navidad



Aldaia



RunCáncer



Primer Concurso Healthfood

Alginet



Campaña Día para la Prevención del Cáncer de Colon



Marcha Solidaria

Benifaió



Campaña Día para la Prevención del Cáncer de Colon



Iluminación del Centro Cultural en el Día Mundial contra el Cáncer

Almussafes

Canet de Berenguer



Cuestación

Alzira



Cena Solidaria



Iluminación del Ayuntamiento en el Día Mundial contra el Cáncer



IV Concurso Tarjetas Navideñas



Campaña Día para la Prevención del Cáncer de Colon

Carlet

AECC SE MUEVE

Catarroja



Iluminación del Ayuntamiento en el Día Mundial contra el Cáncer



AECC SE MUEVE

Montaverner



Carrera de la Dona



Carrera de la Dona



Gala benéfica



Cena Solidaria



Feria Agrícola

Guadassuar



Cuestación

Palomar

La Font de la Figuera



Venta de Pañuelos Solidarios



Polinyà del Xúquer



Caminata Nocturna



Donativo de las Falleras Mayores



Donativo de la Asociación de Vecinos

Mislata



Volta Ciclista



Volta Ciclista

Quart de Poblet

AECC SE MUEVE



Buñolada



Campaña Día para la Prevención del Cáncer de Colon

Riola

AECC SE MUEVE



Campaña Día para la Prevención del Cáncer de Colon

Sueca

Rocafort



Mercadillo Solidario del Colegio Cambridge

Torrent



Premio La Purísima

La Purísima de Torrent ha recibido el premio a colegio más solidario por su alta participación en la campaña de cuestación a través de sobres petitorios en Torrent

Sagunt



Cena de Gala

Sedaví



Rastrillo Solidario

Utiel



Iluminación del Ayuntamiento en el Día Mundial contra el Cáncer

Silla



Concierto Benéfico

València



Concierto Benéfico Coro Amigos de Santa Cecilia De la Torre



Mercado Solidario Falla Maestro Valls de València

AECC RESPONDE



Me detectaron cáncer de colon, y ahora voy a empezar con la quimioterapia. Sinceramente, tengo miedo, muchos conocidos me han dicho que los tratamientos de cáncer son malos y empeoran la situación. ¿es verdad?

Los tratamientos de quimioterapia y radioterapia pueden tener efectos secundarios, pero son imprescindibles para el tratamiento del cáncer. Consulta con tu profesional sanitario cómo paliar estos efectos o cualquier duda al respecto.

Responde:
Ana Ferrer, médico AECC



Varios de mis familiares han sufrido algún tipo de cáncer. ¿Es hereditario? ¿Hay alguna prueba concreta para prevenir el cáncer tanto en mis hijos como en mí?

El cáncer está causado por mutaciones en los genes que suceden a la persona como consecuencia del envejecimiento o la exposición a factores externos como el tabaco u otros tóxicos. Solo del 5% al 10% de los cánceres son causados por mutaciones dañinas que la persona hereda de sus padres.

Lo recomendable es acudir a tu médico de cabecera ante cualquier malestar y realizarse las pruebas de cribado marcadas a partir de ciertas edades. Además, puedes introducir hábitos saludables, como una buena alimentación y deporte moderado.

Responde:
Ana Ferrer, médico AECC

¿Las hierbas medicinales curan el cáncer?

Actualmente, ningún estudio científico avala que las hierbas medicinales tengan un efecto eficaz frente al cáncer. De hecho, ante una posible consumo debes consultar al médico, ya que algunas llegan a ser contraproducentes con el funcionamiento de los tratamientos oncológicos.

Responde:
Ana Ferrer, médico AECC

¿Las cremas autobronceadoras protegen de los rayos del sol?

Las cremas autobronceadoras producen un efecto de tinte en la piel, gracias a productos como la dihidroxiacetona o la eritrolosa. Dichos elementos no tienen una función protectora, así que se debe mantener el uso de crema solar para disminuir los efectos negativos de los rayos de Sol.

Responde:
María Vicente, médico AECC



LEGADOS Y HERENCIAS



Legado Solidario, o cómo dejar a la sociedad un futuro mejor

En 2018, AECC Valencia recibió un total de 223.639 € gracias a la generosidad de muchas personas que convierten a la Asociación en heredera o coheredera o también como legataria de un bien en concreto. Personas con nombres y apellidos que, con su legado, han apostado por la salud, por mejorar la calidad de vida de las personas enfermas y ser parte de los avances en investigación y prevención frente al cáncer. Personas como **Don Ramón Torra**, quien convirtió a AECC Valencia en heredera única de sus bienes, un total de 156.891,53 euros, con los que la entidad podrá realizar actividades de prevención, concienciación e investigación frente al cáncer. Lo que supone, en definitiva, invertir en un futuro mejor.

¿Cómo incluir a AECC Valencia en mi testamento?

En caso de decidir nombrar a la Aso-

ciación Española Contra el Cáncer de Valencia (AECC Valencia) como heredera o como legataria de tus bienes, deberás incorporar los siguientes datos en el testamento:

AECC VALENCIA

**JUNTA ASOCIADA PROVINCIAL
DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA
CONTRA EL CÁNCER**
CIF: G-28197564

Domicilio social:

**Plaza Polo Bernabé, 9/46010
Valencia**

También existe la opción de donar en vida. Una alternativa donde el donante podrá acogerse a los incentivos fiscales previstos en la norma reguladora del Impuesto sobre la Renta de las Personas Físicas, ya que AECC es una entidad sin ánimo de lucro. Además, la Junta

Provincial de la Asociación contra el Cáncer de Valencia se puede incluir como beneficiaria en un seguro de vida. Diferentes opciones para elegir que hacen a AECC más grande cada día.

Contribuir con tu legado es un acto de generosidad que mantiene vivo tu compromiso en la lucha contra el cáncer y mejora la vida de las próximas generaciones.



“La felicidad que se vive deriva del
amor que se da”

Isabel Allende

CUÉNTANOS...

Mádanos tu correo electrónico y recibirás nuestra revista **aeccValencia** desde la web.
Queremos conocerte mejor. Cuéntanos lo que quieras

valencia@aecc.es