

Patrocinan

Fundación  
iberCaja

fundación  
CAJA INMACULADA

ASOCIACIÓN  
DE  
AYUDA  
MATARRAYOS

LABORAL  
kutxa

ILUSTRE COLEGIO OFICIAL DE ODONTOLOGOS Y ESTOMATOLÓGOS  
DE ARAGÓN  
ZARAGOZA - HUESCA - TERUEL

Colegio  
Oficial  
Farmacéuticos  
Zaragoza

Colaboran

ILUSTRE COLEGIO OFICIAL  
DE MÉDICOS DE ZARAGOZA

P Piquer

FUNDACIÓN  
DYA  
ZARAGOZA

HERALDO

CEPYME

PYMES Y AUTÓNOMOS DE ARAGÓN  
Palacio de Congresos  
de Zaragoza

avanza

Entidades que luchan contra el cáncer



Asociación Española Contra el Cáncer en Aragón

Sede de Huesca

Santo Ángel de la Guarda, 4  
C.P. 22005  
huesca@contraelcancer.es  
974 22 56 56

Sede de Teruel

Calle San Miguel, 12  
C.P. 44001  
teruel@contraelcancer.es  
978 61 03 94

Sede de Zaragoza

Plaza San Francisco, 6  
C.P. 50006  
zaragoza@contraelcancer.es  
976 29 55 56

# Congreso personas con cáncer y sus familias

## ARAGÓN 2022



LUGAR

Palacio de Congresos de Zaragoza



INSCRIPCIONES

[www.congresocontraelcancer.es](http://www.congresocontraelcancer.es)

# 4 y 5 Noviembre

900 100 036  
[asociacioncontraelcancer.es](http://asociacioncontraelcancer.es)



asociación  
española  
contra el cáncer

# Viernes, 4 de noviembre

de 2022

**16:30 – 17:00** Apertura de puertas y entrega de documentación

**17:00 – 17:30** Presentación y bienvenida

Discurso autoridades.

Discurso de paciente y familiar.

**17:30 – 18:30** Mesa de diálogo

## EQUIDAD. EL CÁNCER ES IGUAL PARA TODOS, PERO NO TODOS SOMOS IGUALES FRENTE AL CÁNCER

- José María Abad. *Director General de Asistencia Sanitaria del Gobierno de Aragón.*
- Belén Fernández. *Asociación Española Contra el Cáncer.*
- Marta Puyol. *Directora del Área Científica de la Fundación Científica de la Asociación Española Contra el Cáncer.*
- Paula Berdiel. *Paciente.*

**Moderador:** Chema López Juderías. *Director de El Diario de Teruel.*

**18:30 – 19:30** Conferencia inaugural

## INVESTIGACIÓN EN CÁNCER: DÓNDE ESTAMOS Y HACIA DÓNDE VAMOS

- Ángel Lanas Arbeloa. *Director Científico del Instituto de Investigaciones Sanitarias de Aragón.*

**19:30 – 19:45** Actuación musical

# Sábado, 5 de noviembre

de 2022

**09:30 – 10:00** Apertura de puertas

**10:00 – 10:45** Primer tramo - Talleres

**11:00 – 11:45** Segundo tramo - Talleres

**12:00 – 12:45** Tercer tramo - Talleres

**13:00 – 13:30** Conferencia de clausura

## LA FELICIDAD, ALGO MÁS QUE BUENA SALUD Y MALA MEMORIA

- Javier Olivera. *Psiquiatra.*

**13:30 – 13:45** Actuación musical

**13:45 – 14:00** Despedida y cierre



**PRESENTA**  
Toño Julve



## ¡Volvemos presencialmente!

El congreso ofrece herramientas útiles a las personas con cáncer, así como a todo su entorno. Se convierte en un lugar de encuentro, integrando a todas las entidades que luchan contra el cáncer en Aragón. Contaremos con una mesa de debate, charlas magistrales y 30 talleres que se desarrollarán simultáneamente en tres tramos.

Durante el Congreso los asistentes resolverán dudas y obtendrán pautas para mejorar el proceso de la enfermedad. Es totalmente GRATUITO y requiere inscripción previa en [www.congrescontraelcancer.es](http://www.congrescontraelcancer.es).

## Los talleres de 10:00 - 10:45

- **Valoración e intervención nutricional en pacientes con cáncer renal.**

Alberto Caverni Muñoz. ALCER EBRO

- **Qué puedo hacer yo en mi proceso de tratamiento: conectarte para pasar a la acción.**

Carmen Rived Sanz. ASACO

- **Cáncer infantil: particularidades y formas de visibilizarlo protegiendo a los niños.**

Juan Carlos Acín Aguilar y Carlos Larroy Cenis. ASPANOA

- **Estamos a tu lado, aunque no nos veas.**

María Jesús de la Fuente y Teresa Pérez Valero. ASPHER

- **“Le pusieron una inyección y se murió”: diferencia entre sedación paliativa y eutanasia.**

Santiago Trueba Insa y Marta Agudo Rodrigo. CUSIRAR

- **La oportunidad de salvar una vida, la donación de médula osea.**

Juan José Clavería Ávila. DONA MÉDULA

- **Vivir con sentido.**

Nieves Rubio y Sara López. ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CÁNCER

- **Ejercicio físico, la píldora sin contraindicaciones**

Pilar Luna.

- **iPonte en marcha! Iniciación a la marcha nórdica.**

Laura Isabel Casaña Fernández. ADPLA ARAGÓN

- **Encuentra el tesoro del bosque encantado (scape room).**

Blanca Cativiela, Sara López, Mercedes Márquez, Nieves Rubio, Cristina Gamón, María Ballestín, Nuria Pérez, Ana Isabel González. ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CÁNCER

## Los talleres de 11:00 - 11:45

- **Salud emocional para una mejor calidad de vida.**

Myriam Castillo Oli. ADAMPI ARAGÓN

- **¿Puedo hacer actividad física con una ostomía?**

Javier Melendo, Irene Oto y Alfonso Cerdán. ADO ARAGÓN

- **Opciones de rehabilitación tras la laringectomía total, comunicación y calidad vocal.**

Patricia Torrent Cavila. ARALVOZ

- **Cáncer y vida laboral, ¿sabés cuáles son tus derechos?**

Elena de Diego Allué y Pilar Gracia Bueno. AECMM

- **¿Por qué si a ti no te ha tocado?**

Mónica Sarasa Rubio y Mónica Bescós Zaborras. IZAS LA PRINCESA GUISANTE

- **La gratitud, una aliada para nuestro bienestar.**

Mercedes Castellote. ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CÁNCER

- **Prototerapia: indicaciones actuales.**

Martín Tejedor Gutiérrez, Reyes Ibáñez Carreras y Sergio Lozares Cordero

- **¿Qué comer cuando estás esperando? Identifica y mejora los síntomas a través de la alimentación.**

Carmen Horro. ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CÁNCER

- **iPonte en marcha! Iniciación a la marcha nórdica.**

Laura Isabel Casaña Fernández. ADPLA ARAGÓN

- **Encuentra el tesoro del bosque encantado (scape room).**

Blanca Cativiela, Sara López, Mercedes Márquez, Nieves Rubio, Cristina Gamón, María Ballestín, Nuria Pérez, Ana Isabel González. ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CÁNCER

## Los talleres de 12:00 - 12:45

- **Yoga oncológico, iconecta con la vida!**

Adriana Jarrín Morán

- **Hay vida sexual después del cáncer: consecuencias psicosexuales derivadas del cáncer genital y de mama.**

Cristina Garcés Ramón y Andrea Royo Alejandre. AMAC GEMA

- **Conoce la labor del patólogo. El médico invisible**

María del Carmen Gómez - Mateo. APSATUR

- **¿Cómo nos cuidamos durante el tratamiento con radioterapia?**

Arantxa Campos Bonel e Irene Carruesco Crespo. ASORA

- **Documento de voluntades anticipadas.**

¿Qué es y cómo se tramita?

Francisco Javier Toledo Pallaés. FORO ARAGONÉS DE PACIENTES

- **Afinando mi actitud ante la enfermedad y la muerte.**

Rosa Fraile y Montse García. ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CÁNCER

- **Respondiendo al empleo: preparación para la entrevista de trabajo.**

Alberto Requena Blasco

- **Dictadura del optimismo.**

Héctor Olmedo Sánchez y Cristina Gamón Llorente. ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CÁNCER

- **iPonte en marcha! Iniciación a la marcha nórdica.**

Laura Isabel Casaña Fernández. ADPLA ARAGÓN

- **Encuentra el tesoro del bosque encantado (scape room).**

Blanca Cativiela, Sara López, Mercedes Márquez, Nieves Rubio, Cristina Gamón, María Ballestín, Nuria Pérez, Ana Isabel González. ASOCIACIÓN ESPAÑOLA CONTRA EL CÁNCER

# Conferencia inaugural

## INVESTIGACIÓN EN CÁNCER: DÓNDE ESTAMOS Y HACIA DÓNDE VAMOS



**Ángel Lanas Arbeola**

*Director Científico del Instituto de Investigaciones Sanitarias de Aragón.*

El Dr. Ángel Lanas es Catedrático de Medicina de la Universidad de Zaragoza, Vicedecano de Relaciones Institucionales, Investigación e Infraestructura en la Facultad de Medicina de la Universidad de Zaragoza, Jefe de Servicio del Hospital Clínico Universitario "Lozano Blesa" de Zaragoza y Director Científico del Instituto de Investigación Sanitaria Aragón.

El Dr. Lanas fue "Visiting Scientist" en el Departamento de Gastroenterología de la Universidad de Alabama, en Birmingham, EEUU, desde noviembre de 1989 hasta diciembre de 1991. Desde entonces ha trabajado conformando y dirigiendo un equipo de investigación multidisciplinar integrado tanto por investigadores clínicos como básicos. El grupo es reconocido internacionalmente, forma parte del CIBERehd y es grupo consolidado reconocido por el Gobierno de Aragón. En su labor científica destaca sus múltiples colaboraciones a nivel nacional e internacional y mantiene una colaboración estable con el grupo de la Profesora Paola Patrignani de la Universidad de L'Anuncio en Chieti (Italia) en el campo de la quimioprevención del cáncer de colon. El Dr Lanas es Profesor Honorario de la Chinese University of Hong Kong. El Dr. Lanas es o ha sido miembro del Consejo Asesor de varias revistas especializadas de alto factor de impacto, así como Editor Asociado Internacional de la revista "The American Journal of Gastroenterology" y Editor de *Frontiers in Medicine Gastroenterology*. Ha sido invitado como experto en diferentes Universidades de América, Asia y Europa. A lo largo del tiempo, ha consolidado posiciones de liderazgo a nivel institucional, sociedades científicas nacionales e internacionales y ha recibido numerosos premios por sus contribuciones.

# Conferencia de clausura

## LA FELICIDAD, ALGO MÁS QUE BUENA SALUD Y MALA MEMORIA



**Javier Olivera Pueyo**

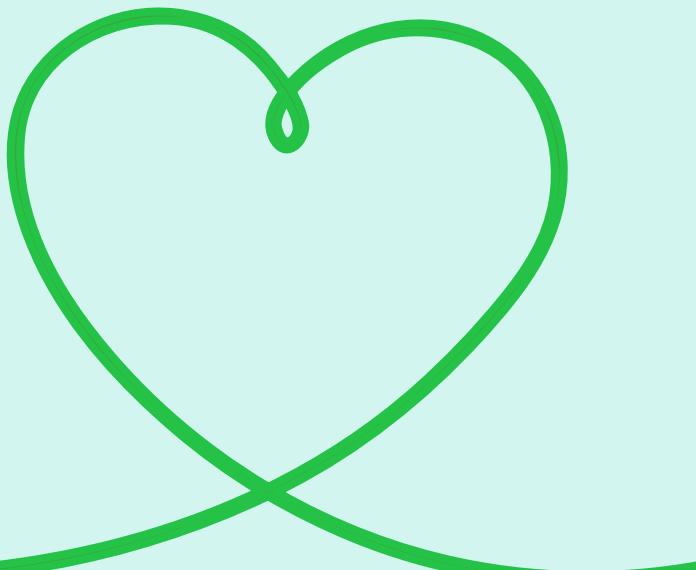
*Psiquiatra*

Nacido en Huesca en 1970 es Médico Especialista en Psiquiatría, así como en Medicina Familiar y Comunitaria, Doctor en Medicina y Cirugía por la Universidad de Zaragoza, también obtuvo la titulación universitaria de Especialista en Neuropsicología y Demencias. Obtuvo en 2002 una beca del Gobierno de Aragón y la CAI para una estancia en el Hospital Sainte-Anne (Francia) y ha sido investigador principal del proyecto PSICOTARD (Becas FIS 2003-2007 y 2015-2018) en Instituto de Salud Carlos III de Madrid – Instituto Aragonés de Ciencias de la Salud (IACS).

A nivel de investigación, actualmente trabaja sobre la soledad en las personas adultas mayores, trastornos del comportamiento y neuropsiquiátricos en personas con demencia, Psicogeriatría y Psicosomática.

Es Presidente de la Comisión de Investigación del Hospital Universitario San Jorge de Huesca, Vocal de la Sociedad Aragonesa y Riojana de Psiquiatría (SARP), Secretario de la Sociedad Española de Psicogeriatría (SEPG), Miembro del Grupo de Salud Mental de la Sociedad Española de Epidemiología (SEE), Miembro del grupo de trabajo de Demencia de la Sociedad Española de Psiquiatría (SEP), Presidente en funciones de la Comisión de Garantía y Evaluación (CGE) del Derecho a la Prestación de Ayuda para Morir de la Comunidad Autónoma de Aragón. Desarrolla su Actividad asistencial y docente como FEA de Psiquiatría. Hospital Universitario San Jorge de Huesca. Programa de Psicogeriatría y Medicina Psicosomática, Coordinador de Salud Mental del Sector Sanitario de Huesca (Servicio Aragonés de Salud, Profesor Asociado en Ciencias de la Salud de la Universidad de Zaragoza (UZ) y Profesor del Máster de Psicogeriatría de la Universidad Autónoma de Barcelona (UAB).

# Los talleres de 10:00 - 10:45



## Valoración e Intervención nutricional en pacientes con Cáncer Renal

Asociación para la Lucha Contra las Enfermedades del Riñón (ALCER EBRO)

En dicho taller se van a tratar, según la última evidencia científica, todos los aspectos relativos a la valoración e intervención nutricional de estos pacientes. Dando unas pautas concretas sobre que alimentos tienen que entrar a formar parte de su alimentación y en qué cantidad; así como tienen que ser cocinados.



**Alberto Caverni Muñoz**

*Dietista-Nutricionista especializado en Nutrición Clínica en Oncológica*

Diplomado en Nutrición Humana y Dietética por la Universidad de Zaragoza.

Premio extraordinario de la promoción.

Experto Universitario en Nutrición Clínica y Salud Nutricional por la Universidad Católica de Valencia.

Experto Universitario en Nutrición Clínica y Oncología por la Universidad Francisco Vitoria y la SEOR.

Experto Universitario en Nutrición clínica y Patología digestiva por la Universidad Católica de Murcia.

18 años de experiencia en consulta clínica con pacientes renales.

9 años de experiencia en consulta clínica con pacientes oncológicos.

Autor de numerosas publicaciones en torno a la Nutrición y Dietética en enfermedad renal y oncología.

Ponente en numerosos congreso de ámbito Nacional.

## Qué puedo hacer yo en mi proceso de tratamiento: Conectarse para pasar a la acción

### Asociación de Afectadas por Cáncer de Ovario (ASACO)

El taller pretende ser una acción para sugerir la CONEXIÓN CON UN@ MISM@ y PASAR A LA ACCIÓN, como ejercicio de AUTO CUIDADO, ya que habitualmente la inercia que tenemos todos los seres humanos es a pasar a la acción, sin tomarnos el tiempo ni el espacio para Reflexionar y Sentirnos escuchándonos: qué nos decimos, qué imaginamos, qué dejamos sin poner en palabras, cómo nos sentimos, y de qué manera identificamos, expresamos y nos cuidamos en las emociones que somos y experimentamos.



**Carmen Rived Ranz**  
*Psicooncóloga*

Soy Carmen, familiar de pacientes oncológicos y psicóloga sanitaria. En el día a día entreno "estar en el presente", practico la meditación, cuido cómo me nutro, y sin dudarlo consumo la vida del modo más ético y sostenible social y medioambientalmente que está a mi alcance. Además de todo esto, y con todo esto, tengo formación y experiencia desde hace años como psicooncóloga, y acompaña comprometida y cercana procesos psicoterapéuticos a pacientes oncológicos en su afrontamiento y supervivencia al cáncer, y también a personas que quieren transitar la última etapa de la vida de un modo consciente. Y además, acompaña a elaborar estos complejos tránsitos también a los familiares. Lo hago como colaboradora de Asaco, la asociación de afectadas por cáncer de ovario, y trabajo en Aragón pero también con procesos de toda España mediante sesiones online. Sumado, colaboro en la investigación en psicooncología. Me declaro optimista y defensora del potencial humano y de la capacidad de la educación y la psicoterapia para conseguir empoderarnos y lograr bienestar y salud. Creo que el cuerpo que somos y habitamos es el altavoz de aquellos pensamientos que dejamos por elaborar y aquellas emociones que quedan bloqueadas, y entiendo la psicología como la ciencia que atiende y cuida la salud desde lo emocional poniendo el foco en la cognición, la emoción y la corporalidad, especialmente en asuntos no resueltos que bloquean el crecimiento y minimizan el bienestar. Firmemente confío en que la toma de conciencia es fundamental para intra e interconectarnos, comunicarnos, convivir y vivirnos, y darnos cuenta de cómo nos pensamos, nos sentimos y actuamos, y para esto se precisa en muchas ocasiones del acompañamiento de un proceso de introspección en el que "parar" de la mano de un profesional que te sostenga en lo más difícil y esté presente siempre.

## Cáncer infantil: particularidades y formas de visibilizarlo protegiendo a los niños

### Asociación de Padres de Niños Oncológicos de Aragón (ASPAHOA)

No todos los cánceres son iguales, y seguramente el cáncer infantil es uno de los más distintos. En este taller explicaremos las particularidades de esta enfermedad (la imposibilidad de prevenirla, explicación de tumores que solo se dan en niños, etcétera) y debatiremos sobre la importancia de visibilizar esta enfermedad, cuidando, al mismo tiempo, el derecho a la intimidad de los niños y sus familias, poniendo ejemplos de buenas y malas prácticas.



**Juan Carlos Acín Aguilar**  
*Gerente de Aspanoa*

Padre de un niño con cáncer y gerente de Aspanoa desde 2011. Anteriormente fue voluntario de Aspanoa y vicesecretario de su Junta Directiva.



**Carlos Larroy Cenis**  
*Responsable de Comunicación de Aspanoa*

Licenciado en Periodismo por la Universidad de Navarra (2012) y miembro de la Asociación Nacional de Informadores Sanitarios (ANIS). Trabajó tres años en Heraldo de Aragón y otros dos en periódicos de ámbito nacional. Desde 2017 es el responsable de comunicación de Aspanoa.

## Estamos a tu lado, aunque no nos veas

### Asociación de Pacientes de Enfermedades Hematológicas Raras de Aragón (ASPER)

Conclusiones y extractos del III Congreso Nacional de Pacientes con Enfermedades Raras y Hematológicas y Lisosomales, un espacio donde compartir opiniones y experiencias con pacientes, familiares, profesionales sanitarios y profesionales sociales. Se proyectarán vídeos de ponentes y se generará debate sobre el papel de Aspher en el trabajo diario en la comunidad autónoma.



**Mª Jesús de la Fuente**  
*Miembro de la Junta  
Directiva de ASPHER*

Paciente de Enfermedades Hematológicas Raras.



**Teresa Pérez Valero**  
*Miembro de la Junta  
Directiva de ASPHER*

Paciente de Enfermedades Hematológicas Raras.

## La oportunidad de salvar una vida. La donación de médula ósea

### Asociación Dona Médula Aragón

En este taller se explicará dónde está la médula ósea, quién la compone, qué función tiene y cómo se puede extraer la médula ósea de una persona para ponérsela a otra. También podrán tener el testimonio de personas que han tenido una enfermedad de la médula ósea.



**Juan José Clavería Ávila**  
*Tesorero de la Asociación Dona Médula Aragón*

Co-fundador de la asociación en el año 2012. Actualmente, es miembro de la junta rectora de la entidad con el cargo de tesorero. Paciente diagnosticado de leucemia linfoblástica aguda tipo B en el año 2000 escribió ocho años más tarde el libro "Mi lucha contra la leucemia. Claves para una nueva vida" que está a disposición de todos los interesados en la sede de la asociación.

## "Le pusieron una inyección y se murió". Diferencia entre sedación paliativa y eutanasia

### Sociedad Aragonesa de Cuidados Paliativos (CUSIRAR)

Se tratará de la exposición de situaciones simuladas en cuidados paliativos y otros casos donde se podría solicitar eutanasia. Se aclaran conceptos que definen cada situación. Se abrirá a debate del público con el fin de aclarar conceptos. Se centrará la explicación de los siguientes conceptos: sedación paliativa, eutanasia, adecuación al esfuerzo terapéutico, documento de voluntades anticipadas (DVA), plan de decisiones anticipadas y cuidados paliativos.



**Santiago Trueba Insa**  
*Médico de familia C.S. Calanda*

Médico especialista en Medicina de Familia y Comunitaria, máster en Cuidados Paliativos. Médico de cuidados paliativos en diferentes unidades ESAD Aragón y Cataluña, actualmente médico de atención primaria en C.S. Calanda. Vocal de la Sociedad Aragonesa de Cuidados Paliativos (Cusirar), vocal del Grupo de Trabajo Nacional de Paliativos de la SEMFYC y del Comité de Cuidados Paliativos del Hospital de Alcañiz. Miembro de la Comisión de Garantía y Evaluación de Eutanasia de Aragón.



**Marta Agudo Rodrigo**  
*Médico ESAD Teruel*

Médico especialista en Medicina de Familia y Comunitaria, máster en Cuidados Paliativos. Actualmente médico de Esad Teruel. Presidenta de la Sociedad Aragonesa de Cuidados Paliativos (Cusirar), miembro del comité de bioética del sector Teruel, secretaria de la comisión de cuidados paliativos del sector Teruel. Miembro de la Comisión de Garantía y Evaluación de Eutanasia de Aragón.

## Vivir con sentido

### Asociación Española Contra el Cáncer

Presentar el origen y la aplicación práctica grupal de la terapia centrada en el sentido y proponer una actividad experiencial para fomentar la reflexión personal.



**Nieves Rubio**

*Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer en Zaragoza desde el año 2010, desde el año 2013 realizo mi trabajo en la junta local de Calatayud. Mi entusiasmo y mis ganas de aprender de los pacientes y de las familias hace que mi trabajo tenga un sentido en mi vida.



**Sara López**

*Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Licenciada en Psicología en 2007, he ido formándome en psicología de la salud a lo largo de los años. Máster en Psicología clínica, formación en terapia Gestalt, terapias contextuales, duelo, etc. Desde 2013 trabajo como psicooncóloga en la Asociación Española Contra el Cáncer en Zaragoza. Acompañar a pacientes y familias en la enfermedad y el duelo me da la oportunidad de contactar con la vida y con las fuentes de sentido cada día.

## Ejercicio Físico: la píldora sin contraindicaciones

El taller consiste en la realización de actividades teórico-prácticas mediante las cuales los asistentes podrán conocer la importancia del ejercicio en los procesos oncológicos así como vivenciar diferentes tipos de ejercicios para que puedan incorporarlos en su día a día.



**Pilar Luna Visus**

*Profesora de Educación Física en Educación Secundaria*

Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte  
Máster en Psicología Deportiva  
Máster en Actividad Física Sostenible y Bienestar  
Postgrado de Ejercicio Físico en paciente oncológico



## ¡Ponte en marcha! Iniciación a la Marcha Nórdica

**Asociación de Personas con Linfedema, Lipedema y otras patologías linfáticas en Aragón (ADPLA)**

Taller práctico de Iniciación a la Marcha Nórdica.

Actividad física realizada al aire libre, muy adecuada para las personas con cáncer, e indicada a lo largo de todo el proceso, desde la prevención a la rehabilitación.

La Marcha Nórdica consiste en caminar de una manera natural empleando unos bastones específicos, que acompañando el balanceo instintivo de los brazos, nos ayudan con el equilibrio y nos impulsan hacia adelante durante la marcha, haciendo que trabajemos tanto la parte inferior (piernas) como la superior (tronco y brazos) de nuestro cuerpo, resultando un ejercicio aeróbico completo, además, ayuda a la propiocepción y mejora efectos físicos y psíquicos relacionados con el cáncer como pueden ser el linfedema o el síndrome de fatiga crónica. ¡No es necesario traer bastones!



**Laura Isabel Casaña Fernández**

*Médico de Administración Sanitaria. Médico especialista en Medicina Preventiva y Salud Pública. Voluntaria de la Asociación de Personas con Linfedema de Aragón ADPLA*

Licenciada en Medicina y Cirugía General en el año 1991 por la Universidad de Zaragoza. Ejerciendo como Médico de Medicina General, Pediatra y Médico Deportivo hasta el año 2006 que comenzó la especialización en Medicina Preventiva y Salud Pública. Desde el año 2012, Médico de Administración Sanitaria en la Dirección General de Asistencia Sanitaria del Departamento de Sanidad del Gobierno de Aragón.

Socia de AMAC GEMA desde 2013 y de ADPLA desde el año 2014 donde entró en contacto con la Marcha Nórdica y sus beneficios. A partir del año 2015, voluntaria del Grupo de Marcha Nórdica colaborando en la instrucción y divulgación de dicha disciplina como actividad física beneficiosa para la salud.

## Encuentra el tesoro del bosque encantado (escape room)

**Asociación Española Contra el Cáncer**

¡Socorro! ¡Se ha perdido un tesoro! Nos adentramos en un misterioso bosque donde se ha perdido un valioso objeto. A lo largo de la dinámica, más conocida como “escape room”, tendremos que trabajar en pequeños equipos y, mediante pistas, encontrar la localización exacta de ese tesoro. Será necesario poner a prueba nuestras habilidades para encontrarlo en el menor tiempo posible.



**Blanca Cativiela Campos**

*Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Graduada en Psicología y Máster en Psicología General Sanitaria por la Universidad de Zaragoza. Máster en Gerontopsicología. Actualmente, trabaja como psicóloga en la Asociación Española Contra el Cáncer en Zaragoza.



**Sara López Gracia**

*Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Licenciada en Psicología por la UAB. Máster en Psicología Clínica por la Universidad Ramón LLull. Psicóloga Sanitaria acreditada. Experta en Psicooncología y Cuidados Paliativos. Psicooncóloga en la Asociación española Contra el Cáncer en Zaragoza.

**Mercedes Márquez Fernández**

*Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Soy diplomada en magisterio y licenciada en psicología por la UNED. Llevo 15 años trabajando en la asociación española contra el cáncer. Me he formado en resiliencia, intervención en duelo, cuidados paliativos y mindfulness.

**Cristina Gamón Llorente**

*Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Graduada en Psicología por la Universidad de Zaragoza, Máster en Psicología General Sanitaria por la Universidad de Córdoba y Máster en Psicooncología y Cuidados Paliativos por la Universidad Complutense de Madrid. Se ha formado de manera práctica en el ámbito oncológico en la Unidad de Cuidados Paliativos del Hospital Reina Sofía en Córdoba, en la Unidad Clínica y de Psicooncología de la Universidad Complutense de Madrid y en la Asociación Española Contra el Cáncer, donde comenzó como psicooncóloga en la sede provincial de Córdoba y actualmente, forma parte del equipo de psicólogas de Zaragoza.

**María Ballestín Clavería**

*Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Licenciada en Psicología por la Universidad Nacional de Estudios a Distancia (UNED) con especialidad en educativa y clínica. Máster en Psicología General Sanitaria. Durante cuatro años he ejercido como psicóloga en el ámbito privado. Formación homologada en Actualización y Desarrollo en Psicooncología. Desde septiembre de 2019 formo parte de la Asociación Española contra el Cáncer trabajando como psicooncóloga.

**Nieves Rubio Norza**

*Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Licenciada en psicología por la UNED. Máster en psicooncología en la Universidad Complutense de Madrid. Trabajando desde 2010 en la Asociación Española Contra el Cáncer. Empecé en sede central, posteriormente como psicooncóloga en Zaragoza y desde 2013 en la junta local de Calatayud.

**Nuria Pérez**

*Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Psicooncóloga y Psicóloga General Sanitaria. Se formó en la Universidad de Salamanca entre 2008 y 2013. Realizó sus prácticas fin de carrera en dos organizaciones relacionadas con el cáncer y posteriormente cursó el Máster en psicooncología y cuidados paliativos en la Universidad Complutense de Madrid, formándose de manera práctica durante dos años en el Hospital Doce de Octubre. Desde 2016 forma parte del equipo de psicólogas de la Asociación Española Contra el Cáncer en Zaragoza.

**Ana Isabel González Nogales**

*Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Licenciada en Psicología por la Universidad de Valencia (1997). Psicóloga General Sanitaria. Máster en Psicología Clínica de la Salud por el Instituto de Estudios Psicológicos ISEP (2003). Experto en Terapias de Tercera Generación por la Universidad San Jorge (2016). Experta en Psicooncología y cuidados paliativos. Responsable del Centro de Solidaridad-Proyecto Hombre en Teruel de 2001 a 2003. Desde 2005 psicóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer en Zaragoza, y desde 2015, también responsable del área de programas y servicios.

# Los talleres de 11:00 - 11:45



## Salud emocional para una mejor calidad de vida

Asociación de Amputados Ibérica Global de Aragón (ADAMPI Aragón)

La gestión emocional es un recurso imprescindible para poder adaptarnos a los procesos de adversidad que nos plantea la vida. Ya que no vamos a poder elegir lo que nos pasa, podemos poner el foco en cómo responder a lo que nos ocurre de la forma más emocionalmente saludable. Vivir conscientemente nuestras emociones mejora nuestra calidad de vida.



**Myriam Castillo Oli**  
Psicóloga en ADAMPI Aragón

Psicóloga. Habilitación sanitaria por COPPA. Especialista en gestión emocional y trabajo de duelo. Desde 2011 me ocupo de la atención psicológica en la Asociación de Personas con Amputaciones y Agenesias (ADAMPI-Aragón), entidad en la que soy responsable también de la gestión y formación de nuestro equipo de voluntariado. Mi labor incluye asimismo el desarrollo de nuestro proyecto "Diferentes pero iguales" para alumnado de Educación Infantil y Primaria, con el que la entidad favorece la visibilización de la realidad cotidiana de las personas con discapacidades y la sensibilización hacia la valoración de la diversidad como elemento enriquecedor en la sociedad. Participo activamente en la impartición de charlas y talleres de formación en manejo del estrés, habilidades de comunicación y gestión emocional para distintas entidades y profesionales.

## ¿Puedo hacer actividad física con una ostomía?

### Asociación de Ostomizados de Aragón (ADO Aragón)

Valorar las actividades físicas que se pueden hacer cuando somos portadores de una ostomía. Análisis de los ejercicios o actividades deportivas que podemos realizar y ejemplos de personas que los realizan.



**Javier Melendo Soler**  
Presidente de ADO Aragón



**Irene Oto Puyuelo**  
Enfermera de ADO Aragón



**Alfonso Cerdán Ibáñez**  
Vocal de ADO Aragón

## Opciones de rehabilitación tras la laringectomía total, comunicación y calidad vocal

### Asociación de Laringectomizados de Aragón (ARALVOZ) - ATOS MEDICAL

Qué es una laringectomía total; aspectos de la rehabilitación integral, la importancia de la humidificación postcirugía, opciones comunicativas (voz esofágica, voz traqueoesofágica, laringófono). Que es una prótesis de voz, cuáles son sus partes y signos de su vida útil.



**Patricia Torrent Cavila**  
Logopeda

Logopeda colegiada en el CLC y graduada en la Universidad Ramon Llull-Blanquerna. Con un Posgrado de especialización en "Intervención en Trastornos de la Voz". Mas de 5 años de experiencia logopédica en el ámbito tanto privado como clínico. Actualmente trabajando exclusivamente en la rehabilitación integral de pacientes con estoma respiratorio.

## Cáncer y vida laboral, ¿sabes cuales son tus derechos?

### Asociación de Cáncer de Mama Metastásico (CMM)

El cáncer nos deja la vida en pausa, pero llega un momento que tu incapacidad temporal se termina, ¿qué voy a hacer? Tengo que solicitar una discapacidad, una incapacidad, ¿y si vuelvo a trabajar? Toda esta información crucial para tu nueva vida, te la vamos a contar porque lo hemos vivido y vamos a ayudarte a saber qué derechos tienes y cómo puedes nadar en aguas bravas sin perderte.



**Elena de Diego Allué**  
Médico Especialista en  
Obstetricia y Ginecología

Paciente de cáncer de mama metastásico en remisión, trabaja de ginecóloga en la actualidad.



**Pilar Gracia Bueno**  
Licenciada en Derecho  
y Empleada de banca

Licenciada en derecho, empleada de banca desde 1991 hasta 2017.



# ¿POR QUÉ si a ti no te a tocado?

## Izas, la Princesa Guisante

Como madre de Izas, me he preguntado muchas veces, por qué te has unido a mi complicado y doloroso camino de madre que ha perdido a su hija por cáncer, por qué te has unido a nuestro camino como asociación, si a ti no te ha tocado... Afortunadamente, me he hecho esta pregunta más veces de las que hubiera podido imaginar cuando creamos esta asociación. Y digo afortunadamente, porque hoy se me llena la cabeza de nombres de personas muy distintas que nos han entregado, su apoyo y colaboración incondicional. ¿Y si hay una forma saludable de que te toque el cáncer?



### Mónica Sarasa Rubio

*Presidenta y fundadora de la Asociación Izas, la Princesa Guisante*

Presidenta y fundadora de la Asociación, mamá de Izas, que da origen a la misma. Tras la muerte de Izas por Gliomatosis Cerebri (un cáncer cerebral infantil mortal), creó junto con el papá y hermana de Izas, la Asociación para impulsar su investigación, inexistente hasta ese momento. Además, trabaja activamente para concienciar de la importancia de hablar con los niños del cáncer, la humanización de los hospitales pediátricos y el empoderamiento de familias y afectados por enfermedades raras. En definitiva, intentar evitar en unos casos y mejorar en otros, todas las dificultades y obstáculos que sufrieron y para los que no encontraron apoyo y respuesta.



### Mónica Bescós Zaborras

*Co-fundadora de la Asociación Izas, la Princesa Guisante*

Ha trabajado como investigadora posteriormente como gestora de investigación. Destacando, ocho años como gestora en el Centro de investigación biomédica en red de Enfermedades Raras (CIBERER), atendiendo las necesidades de familias con enfermedades raras. Co-fundadora de la Asociación Izas, la princesa guisante. Juntas han creado la 1ª beca internacional para impulsar y financiar la investigación de la Gliomatosis Cerebri, que ha sido concedida al proyecto "Targeting cellular connectivity in gliomatosis cerebri" presentado por el ICR de Londres en colaboración con Dana-Farber Cancer Institute, Boston, Bambino Gesù Children's Hospital, Roma y Gustave Roussy/Université Paris-Saclay, Villejuif.

# La gratitud, una aliada para nuestro bienestar

## Asociación Española Contra el Cáncer

¿Qué es eso de la gratitud?, ¿Puede la gratitud ayudarnos a sentirnos mejor?, ¿Las personas agradecidas son felices o son felices porque son agradecidas?... Diferentes estudios desde la psicología positiva han demostrado que las experiencias de gratitud pueden asociarse con mayores niveles de bienestar y felicidad y que es posible cultivarla a través de nuestra forma de pensar y de hacer, reconociendo y generando experiencias que inducen a la gratitud.

Si quieras conocer cómo, haciendo algo sencillo y agradable, puedes sentirte mejor, te esperamos en este taller. En el podrás descubrir como la gratitud es una de las vías a nuestro bienestar.



### Mercedes Castellote

*Psicooncóloga. Coordinadora del área psicosocial en la Asociación Española Contra el Cáncer en Teruel*

Desde hace más de 20 años desarrollo mi área profesional como psicooncóloga en la Asociación Española Contra el Cáncer. En este tiempo me he especializado en Psicología Clínica y de la Salud, en Psicooncología y Cuidados Paliativos y en Psicología Positiva, siguiendo en un proceso de formación continua.

Me siento una persona afortunada por tener un trabajo con Sentido que me permite ayudar a las personas, hecho que va alineado con mi valor principal. Me siento agradecida porque en estos años he aprendido el valor del respeto, de la escucha, de la presencia y de disfrutar y agradecer las cosas sencillas que nos regala la vida, viviendo de una forma más consciente. Agradezco a cada una de las personas con las que me he encontrado lo que me han aportado y me aportan cada día, tanto las personas diagnosticadas de cáncer como a sus familiares, al equipo de profesionales con el que trabajo y al voluntariado. ¡Gracias!

## PROTONTERAPIA: Indicaciones actuales

El taller se estructura en dos partes en el que se explicará qué es la protonterapia y cuáles son las indicaciones actuales, con los objetivos de dar a conocer los avances tecnológicos en la radioterapia y transmitir a los pacientes y familiares cuales son las indicaciones actuales establecidas.



**Martín Tejedor**  
*Jefe Servicio UCMORA*

Martín Tejedor Gutiérrez, nacido en Zaragoza, estudios en la Facultad de Medicina de Zaragoza, realizada la especialidad en Oncología Radioterápica vía MIR entre junio de 1984 y mayo de 1988 en HUMS de Zaragoza. Doctor en Medicina por la Universidad de Zaragoza, con tesis leída en noviembre de 1988. Autor y coautor de publicaciones en revistas internacionales y nacionales, presentación de numerosas comunicaciones a congresos sobre temas de la especialidad. Desde mayo de 1988 a septiembre de 1992, facultativo adjunto de la especialidad en el Hospital Virgen del Pino de Las Palmas de Gran Canaria, posteriormente traslado al Hospital de Navarra en Pamplona, hasta marzo de 2001. Profesor Asociado de la Facultad de Medicina Universidad de Navarra durante esa etapa. En esa fecha nuevo cambié al Hospital Txagorritxu de Vitoria, permaneciendo allí hasta marzo de 2005.

Conseguido en esa fecha traslado al Hospital Clínico Universitario Lozano Blesa de Zaragoza como Facultativo especialista de Oncología Radioterápica.

En noviembre de 2005 se convocó plaza de Jefe de Servicio de Oncología Radioterápica en el Hospital Universitario Miguel Servet, de Zaragoza. Tras presentación de proyecto de gestión ante tribunal, se me adjudicó la plaza de la que tome posesión en marzo de 2006.

Desde 2018, a raíz de la creación por el Gobierno de Aragón de la Unidad Clínica Multihospitalaria de Oncología Radioterápica de Aragón, Jefe de dicha Unidad.



**Reyes Ibáñez**  
*Jefe de Sección UCMORA*

Trabajo como especialista en Oncología Radioterápica desde hace 24 años y mi área específica son los tumores de mama. Mi tesis doctoral versó sobre este tipo de cáncer.

Posteriormente me formé en Economía de la Salud y realicé el Máster Cuidados Paliativos del Instituto Catalán de Oncología. Mi enamoramiento fue definitivo. Desde entonces he trabajado para impregnar de la filosofía de la Medicina Paliativa la atención al paciente oncológico avanzando tanto en la práctica clínica como en la Facultad de Medicina como docente. Creo firmemente en el trabajo multidisciplinar y la atención integral y holística de los pacientes.

He participado en más de 40 cursos, congresos y symposium.

He colaborado activamente para la implantación de la radioterapia intraoperatoria en los hospitales de Aragón, ahora estamos trabajando para llevar la radioterapia a los Hospitales de Huesca y Teruel.



**Sergio Lozares**  
*Servicio de Física y Protección Radiológica*

Sergio Lozares es licenciado en Ciencias (Físicas) y Doctor en Física Atómica y Nuclear.

Especialista en Radiofísica Hospitalaria desde 2008 ha desarrollado su labor en el Complejo Hospitalario de Navarra hasta 2015 y en el Hospital Universitario Miguel Servet de Zaragoza desde esa fecha hasta la actualidad.

Es Profesor Asociado en Ciencias de la Salud en la Facultad de Medicina de la Universidad de Zaragoza además de Profesor en diferentes Másteres universitarios.

Ha dirigido cursos específicos de Física Médica en la Sociedad Española de Física Médica y es autor de más de un centenar de comunicaciones a congresos además de autor de artículos en revistas de impacto, siempre dedicado a tareas relacionadas con la radioterapia y la braquiterapia.

## Alimentación consciente, una apuesta por la salud

### Asociación Española Contra el Cáncer

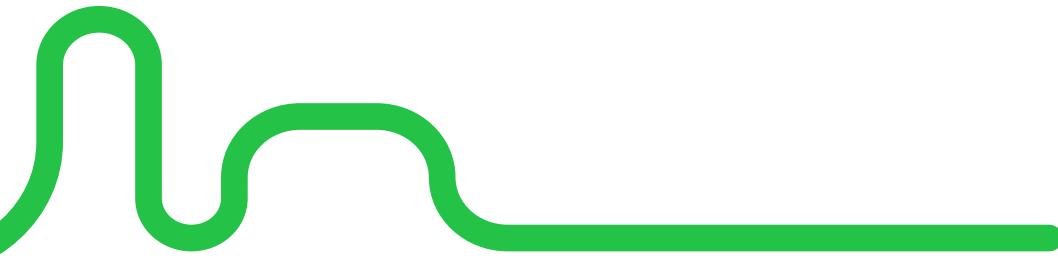
En muchas ocasiones las consultas con el oncólogo o los equipos sanitarios que nos atienden se espacian, pero aparecen síntomas que requieren de atención. Es importante conocer los posibles causantes de esos síntomas y adaptar nuestra alimentación en la medida de lo posible para mitigar su efecto y mejorar nuestra calidad de vida.

Realizaremos un repaso de los síntomas más frecuentes durante el tratamiento oncológico que están relacionados con nuestro estado nutricional y qué modificaciones alimentarias debemos de hacer para reponernos.



**Carmen Hornero**  
Dietista-Nutricionista

Graduada en Nutrición Humana y Dietética (2014-2018) Máster en Condicionantes Genéticos Ambientales y Nutricionales del Crecimiento y Desarrollo (2022). Cuenta con diferentes cursos de especialización en tratamiento nutricional del paciente quirúrgico y paciente oncológico. Actualmente es docente en materia de Educación Sanitaria y Promoción para la Salud y trabaja en el servicio de orientación nutricional de la Asociación Española Contra el Cáncer en Zaragoza.



## ¡Ponte en marcha! Iniciación a la Marcha Nórdica

### Asociación de Personas con Linfedema, Lipedema y otras patologías linfáticas en Aragón (ADPLA)

Taller práctico de Iniciación a la Marcha Nórdica.

Actividad física realizada al aire libre, muy adecuada para las personas con cáncer, e indicada a lo largo de todo el proceso, desde la prevención a la rehabilitación.

La Marcha Nórdica consiste en caminar de una manera natural empleando unos bastones específicos, que acompañando el balanceo instintivo de los brazos, nos ayudan con el equilibrio y nos impulsan hacia adelante durante la marcha, haciendo que trabajemos tanto la parte inferior (piernas) como la superior (tronco y brazos) de nuestro cuerpo, resultando un ejercicio aeróbico completo, además, ayuda a la propiocepción y mejora efectos físicos y psíquicos relacionados con el cáncer como pueden ser el linfedema o el síndrome de fatiga crónica.



**Laura Isabel Casaña Fernández**  
Médico de Administración Sanitaria. Médico especialista en Medicina Preventiva y Salud Pública. Voluntaria de la Asociación de Personas con Linfedema de Aragón ADPLA

Licenciada en Medicina y Cirugía General en el año 1991 por la Universidad de Zaragoza. Ejerciendo como Médico de Medicina General, Pediatra y Médico Deportivo hasta el año 2006 que comenzó la especialización en Medicina Preventiva y Salud Pública. Desde el año 2012, Médico de Administración Sanitaria en la Dirección General de Asistencia Sanitaria del Departamento de Sanidad del Gobierno de Aragón.

Socia de AMAC GEMA desde 2013 y de ADPLA desde el año 2014 donde entró en contacto con la Marcha Nórdica y sus beneficios. A partir del año 2015, voluntaria del Grupo de Marcha Nórdica colaborando en la instrucción y divulgación de dicha disciplina como actividad física beneficiosa para la salud.

# Encuentra el tesoro del bosque encantado (escape room)

## Asociación Española Contra el Cáncer

¡Socorro! ¡Se ha perdido un tesoro! Nos adentramos en un misterioso bosque donde se ha perdido un valioso objeto. A lo largo de la dinámica, más conocida como "escape room", tendremos que trabajar en pequeños equipos y, mediante pistas, encontrar la localización exacta de ese tesoro. Será necesario poner a prueba nuestras habilidades para encontrarlo en el menor tiempo posible.



**Blanca Cativiela Campos**

*Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Graduada en Psicología y Máster en Psicología General Sanitaria por la Universidad de Zaragoza. Máster en Gerontopsicología. Actualmente, trabaja como psicóloga en la Asociación Española Contra el Cáncer en Zaragoza.



**Sara López Gracia**

*Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Licenciada en Psicología por la UAB. Máster en Psicología Clínica por la Universidad Ramón LLull. Psicóloga Sanitaria acreditada. Experta en Psicooncología y Cuidados Paliativos. Psicooncóloga en la Asociación Española Contra el Cáncer en Zaragoza.



**Mercedes Márquez Fernández**

*Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Soy diplomada en magisterio y licenciada en psicología por la UNED. Llevo 15 años trabajando en la asociación española contra el cáncer. Me he formado en resiliencia, intervención en duelo, cuidados paliativos y mindfulness.



**Cristina Gamón Llorente**

*Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Graduada en Psicología por la Universidad de Zaragoza, Máster en Psicología General Sanitaria por la Universidad de Córdoba y Máster en Psicooncología y Cuidados Paliativos por la Universidad Complutense de Madrid. Se ha formado de manera práctica en el ámbito oncológico en la Unidad de Cuidados Paliativos del Hospital Reina Sofía en Córdoba, en la Unidad Clínica y de Psicooncología de la Universidad Complutense de Madrid y en la Asociación Española Contra el Cáncer, donde comenzó como psicooncóloga en la sede provincial de Córdoba y actualmente, forma parte del equipo de psicólogas de Zaragoza.



**María Ballestín Clavería**

*Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Licenciada en Psicología por la Universidad Nacional de Estudios a Distancia (UNED) con especialidad en educativa y clínica. Máster en Psicología General Sanitaria. Durante cuatro años he ejercido como psicóloga en el ámbito privado. Formación homologada en Actualización y Desarrollo en Psicooncología. Desde septiembre de 2019 formo parte de la Asociación Española contra el Cáncer trabajando como psicooncóloga.

**Nieves Rubio Norza***Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Licenciada en psicología por la UNED. Máster en psicooncología en la Universidad Complutense de Madrid. Trabajando desde 2010 en la Asociación Española Contra el Cáncer. Empecé en sede central, posteriormente como psicooncóloga en Zaragoza y desde 2013 en la junta local de Calatayud.

**Nuria Pérez***Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Psicooncóloga y Psicóloga General Sanitaria. Se formó en la Universidad de Salamanca entre 2008 y 2013. Realizó sus prácticas fin de carrera en dos organizaciones relacionadas con el cáncer y posteriormente cursó el Máster en psicooncología y cuidados paliativos en la Universidad Complutense de Madrid, formándose de manera práctica durante dos años en el Hospital Doce de Octubre. Desde 2016 forman parte del equipo de psicólogas de la Asociación Española Contra el Cáncer en Zaragoza.

**Ana Isabel González Nogales***Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Licenciada en Psicología por la Universidad de Valencia (1997). Psicóloga General Sanitaria. Máster en Psicología Clínica de la Salud por el Instituto de Estudios Psicológicos ISEP (2003). Experto en Terapias de Tercera Generación por la Universidad San Jorge (2016). Experta en Psicooncología y cuidados paliativos. Responsable del Centro de Solidaridad-Proyecto Hombre en Teruel de 2001 a 2003. Desde 2005 psicóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer en Zaragoza, y desde 2015, también responsable del área de programas y servicios.



# Los talleres de 12:00 - 12:45



## **Yoga Oncológico, ¡conecta con la vida!**

En el taller se realizará una clase de Yoga Oncológico sencilla en la que se aplicará una metodología adaptada a las necesidades físicas y emocionales de las personas con cáncer.

Se realizarán movimientos adaptados para mejorar el movimiento del cuerpo y flexibilizar la musculatura. También se trabajarán técnicas de respiración que faciliten la relajación y conexión interior.



**Adriana Jarrín Morán**

*Fundadora de la Red Internacional de Yoga Oncológico*

Doctora en Antropología Social, con más de diez años de experiencia como profesora de yoga en diversas áreas: yoga dinámico, yoga terapéutico, yoga prenatal y yoga sensible al trauma.

A partir de su experiencia con la enfermedad y de comprobar en primera persona los enormes beneficios del yoga en la recuperación del proceso oncológico, en 2015 se forma con Amy Dara Hochberg, discípula de Tary Prinster, referente en Yoga4Cancer Survivors en Estados Unidos. Ha colaborado con el Hospital Vall d'Hebrón (2015) y la Asociación Española contra el Cáncer (2016), a partir de 2017 ofrece clases en Fundación Kalida del Hospital Sant Pau y desde 2018 forma parte del equipo docente de la formación de yoga terapéutico de la Escuela de Yoga Mandiram de Barcelona.

Desde 2021, en colaboración con Fundación Radika, ofrece la Formación en Yoga Oncológico y en 2022 funda la Red Internacional de Yoga Oncológico.



## Hay vida sexual después del cáncer: Consecuencias psicosexuales derivadas del cáncer genital y de mama

Asociación de Mujeres Aragonesas con Cáncer Genital y de Mama (AMAC GEMA)

La sexualidad es una parte importante de nuestra calidad de vida. En los pacientes oncológicos este es un tema poco abordado, por lo que las dificultades sexuales tienden a no resolverse en años. Estas dificultades pueden ser consecuencia de la enfermedad, del tratamiento o del impacto psicológico de ambos. En este taller veremos los posibles efectos del cáncer genital y de mama en la sexualidad y profundizaremos en este impacto psicológico.



**Cristina Garcés Ramón**  
Psicóloga

Graduada en Psicología por la Universidad de Zaragoza. Máster en Psicología General Sanitaria. Formada en Terapias de Tercera Generación y en Psicoterapias Breves. Actualmente, psicóloga en la Asociación de Mujeres Aragonesas con Cáncer Genital y de Mama (AMAC-GEMA).



**Andrea Royo Alejandro**  
Psicóloga

Graduada en Psicología por la Universidad de Zaragoza. Participación en diversos voluntariados relacionados con la mujer, violencia de género y personas mayores. Colaboradora de AMAC-GEMA.

## Conoce la labor del patólogo. El médico invisible

Asociación de Pacientes de Sarcomas y Tumores Raros de Aragón (APSATUR ARAGÓN)

Pretendemos dar a conocer la labor de los patólogos, sus métodos de trabajo y recursos, sus dificultades, sus tiempos de trabajo....Se trata de unos profesionales fundamentales para un correcto diagnóstico y posterior tratamiento para los enfermos.



**María del Carmen Gómez - Mateo**

Médico Adjunto del Área de Anatomía Patológica del H. U. Miguel Servet

La Dra. Gómez Mateo, es licenciada por la Universidad de Sevilla, habiendo realizado la especialidad en el Hospital Universitario de Valencia.

## Respondiendo al empleo: Preparación para la entrevista de trabajo

Taller teórico-práctico de explicación de pautas y consejos a tener en cuenta para las entrevistas de trabajo a personas que se encuentren en proceso de búsqueda de empleo o se vayan a encontrar en un futuro cercano en el que los/as asistentes adquieran competencias en esta materia mediante la exposición durante el taller de posibles preguntas que pueden recibir en una entrevista de trabajo y como contestar a ellas, tanto preguntas generales como preguntas que puedan estar relacionadas con el proceso de su enfermedad.



**Alberto Requena Blasco.**  
Orientador laboral en Tiebel Cooperativa de Servicios

Orientador laboral con experiencia en el desarrollo de diferentes Programas de Empleo dirigidos hacia personas desempleadas pertenecientes a determinados colectivos con necesidad de apoyo en la inserción sociolaboral, con conocimientos en procesos de selección y en el correcto desarrollo del proceso de búsqueda activa de empleo y en la motivación para afrontar los mismos. Formado en trabajo social y voluntario en el Hospital Clínico de Zaragoza en la Asociación Española Contra el Cáncer.

# ¿Cómo nos cuidamos durante el tratamiento con radioterapia?

## Asociación de Oncología Radioterápica de Aragón (ASORA)

Realizar una breve introducción sobre qué es la radioterapia y sus tratamientos con los nuevos avances. Dar una serie de tips y claves para un adecuado cuidado y manejo de los síntomas derivados del tratamiento con radioterapia así como de su prevención en los diferentes aparatos y sistemas: piel y mucosas, sistema digestivo y urinario, sistema nervioso central.



**Arantxa Campos Bonel**

*Médico Especialista en Oncología Radioterápica*

2006-2012: Licenciada en Medicina (Universidad de Zaragoza)

2013-2017: Médico Interno Residente en Oncología Radioterápica en Hospital 12 de Octubre

2017-actualidad: Especialista en Oncología Radioterápica en Unidad Clínica Multihospitalaria de Oncología Radioterápica de Aragón.

2020-actualidad: Presidente de ASORA



**Irene Carruesco Crespo**

*Enfermera de Oncología Radioterápica*

2002-2004: CFGS Radioterapia. Centro de Estudios Valle de Tena. Zaragoza

2004- 2007: Diplomada en Enfermera por la Universidad de Girona (UdG).

2008-2017: Enfermera en el hospital Clinic de Barcelona en hospital de día de oncología- hematología, salas de hospitalización de oncología médica, hematología intensiva, consultas externas de enfermería de oncología y hospitalización a domicilio.

2018-actualidad: Enfermera en el hospital Miguel Servet de Zaragoza en el servicio de Radioterapia.

# Documento de Voluntades Anticipadas. ¿Qué es y cómo se tramita?

## Dirección General de Transformación Digital, Innovación y Derechos de los Usuarios.

### FORO ARAGONÉS DE PACIENTES

En un Documento de Voluntades Anticipadas, en base a la autonomía de la que los pacientes y usuarios gozamos por ley en nuestro Sistema de Salud, podemos plasmar de forma anticipada, nuestras decisiones sobre los tratamientos y cuidados que queremos recibir en un futuro por si nuestro estado de salud no nos permite, en ese momento, expresarlo personalmente. Los profesionales sanitarios deberán respetar nuestra voluntad y actuar en coherencia para se cumplan dichas instrucciones.



**Francisco Javier Toledo Pallarés**

*Médico de Administración Sanitaria. Asesor Técnico en la Dirección General de Transformación Digital, Innovación y Derechos de los Usuarios. Departamento de Sanidad. Gobierno de Aragón*

Licenciado Medicina y Cirugía (Univ. Zaragoza 1981). Máster Salud Comunitaria (Univ. Edimburgo, 1990). Desde 1991 hasta 2019, médico en la DG de Salud Pública del Gobierno de Aragón trabajando en programas de Salud, especialmente en Tabaquismo y en VIH/Sida. Desde 2019, responsable del Registro de Voluntades Anticipadas el Departamento de Sanidad.



# Afinando mi actitud ante la enfermedad y la muerte

## Asociación Española Contra el Cáncer

Taller teórico- práctico de carácter vivencial, con dinámicas que facilitan la reflexión, expresión y regulación emocional, sobre la actitud que tenemos hacia la enfermedad, la muerte y el duelo.



**Montse García**

*Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Psicóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer en Teruel desde 2006. Especializada en psicooncología y cuidados paliativos. Máster en calidad y excelencia de universidades por la UNED. Máster en psicología clínica y de la salud.

Psicóloga por vocación y enamorada de su trabajo. Aprende cada día de las personas a las que acompaña durante su enfermedad o la de sus familiares. Se siente privilegiada de poder hacer lo que le gusta rodeada de sabios compañeros de los que aprende también cada día.



**Rosa Fraile**

*Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer en Huesca desde 2009. Experta psicología sanitaria, inteligencia emocional, psicooncología y cuidados paliativos. Es una entusiasta de su trabajo, es creativa, pasional y le encanta disfrutar de su día a día. El trabajo de Rosa, como ella lo describe, es escuchar historias de lo que verdaderamente importa: el amor y la familia.

# Dictadura del optimismo

## Asociación Española Contra el Cáncer

En la actualidad se ha expandido la idea de que con una actitud positiva podemos conseguir cualquier cosa. Incluso, se ha llegado a decir que el que quiere se cura del cáncer, es cuestión de actitud. Pero lamentablemente, esto no es así. La evolución de la enfermedad depende de otros factores como el estadio en el que se detecta o el resultado de los tratamientos. El problema que surge de esta idea es que se condena la aparición de emociones "negativas" cuando son una reacción natural de nuestra mente. Además de la culpabilidad que pueden sentir tanto el paciente por no tener una actitud positiva como el familiar por no saber animar al paciente. En este taller trataremos de comprender el valor adaptativo de estas emociones, el verdadero optimismo y el papel de la actitud en la enfermedad, que sin duda, está muy lejos de lo que nos hace creer la sociedad.



**Héctor Olmedo Sánchez**

*Psicólogo de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Licenciado en Psicología por la Universidad de Granada y máster en Psicogerontología, Psicooncología y Cuidados Paliativos por la Universidad Complutense de Madrid. Ha participado en la actualización del Protocolo grupal de Duelo de la asociación y en la elaboración de los e-book referentes a este tema. Actualmente, trabaja como psicólogo de la Asociación Española Contra el Cáncer en Huesca.



**Cristina Gamón Llorente**

*Psicóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Graduada en Psicología por la Universidad de Zaragoza, Máster en Psicología General Sanitaria por la Universidad de Córdoba y Máster en Psicooncología y Cuidados Paliativos por la Universidad Complutense de Madrid. Se ha formado de manera práctica en el ámbito oncológico en la Unidad de Cuidados Paliativos del Hospital Reina Sofía en Córdoba, en la Unidad Clínica y de Psicooncología de la Universidad Complutense de Madrid y en la Asociación Española Contra el Cáncer, donde comenzó como psicooncóloga en la sede provincial de Córdoba y actualmente, forma parte del equipo de psicólogas de Zaragoza.

## ¡Ponte en marcha! Iniciación a la Marcha Nórdica

Asociación de Personas con Linfedema, Lipedema y otras patologías linfáticas en Aragón (ADPLA)

Taller práctico de Iniciación a la Marcha Nórdica.

Actividad física realizada al aire libre, muy adecuada para las personas con cáncer, e indicada a lo largo de todo el proceso, desde la prevención a la rehabilitación.

La Marcha Nórdica consiste en caminar de una manera natural empleando unos bastones específicos, que acompañando el balanceo instintivo de los brazos, nos ayudan con el equilibrio y nos impulsan hacia adelante durante la marcha, haciendo que trabajemos tanto la parte inferior (piernas) como la superior (tronco y brazos) de nuestro cuerpo, resultando un ejercicio aeróbico completo, además, ayuda a la propiocepción y mejora efectos físicos y psíquicos relacionados con el cáncer como pueden ser el linfedema o el síndrome de fatiga crónica.



**Laura Isabel Casaña Fernández**

Médico de Administración Sanitaria. Médico especialista en Medicina Preventiva y Salud Pública. Voluntaria de la Asociación de Personas con Linfedema de Aragón ADPLA

Licenciada en Medicina y Cirugía General en el año 1991 por la Universidad de Zaragoza. Ejerciendo como Médico de Medicina General, Pediatra y Médico Deportivo hasta el año 2006 que comenzó la especialización en Medicina Preventiva y Salud Pública. Desde el año 2012, Médico de Administración Sanitaria en la Dirección General de Asistencia Sanitaria del Departamento de Sanidad del Gobierno de Aragón.

Socia de AMAC GEMA desde 2013 y de ADPLA desde el año 2014 donde entró en contacto con la Marcha Nórdica y sus beneficios. A partir del año 2015, voluntaria del Grupo de Marcha Nórdica colaborando en la instrucción y divulgación de dicha disciplina como actividad física beneficiosa para la salud.

## Encuentra el tesoro del bosque encantado (escape room)

Asociación Española Contra el Cáncer

iSocorro! iSe ha perdido un tesoro! Nos adentramos en un misterioso bosque donde se ha perdido un valioso objeto. A lo largo de la dinámica, más conocida como "escape room", tendremos que trabajar en pequeños equipos y, mediante pistas, encontrar la localización exacta de ese tesoro. Será necesario poner a prueba nuestras habilidades para encontrarlo en el menor tiempo posible.



**Blanca Cativiela Campos**

Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer

Graduada en Psicología y Máster en Psicología General Sanitaria por la Universidad de Zaragoza. Máster en Gerontopsicología. Actualmente, trabaja como psicóloga en la Asociación Española Contra el Cáncer en Zaragoza.



**Sara López Gracia**

Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer

Licenciada en Psicología por la UAB. Máster en Psicología Clínica por la Universidad Ramón LLull. Psicooncóloga Sanitaria acreditada. Experta en Psicooncología y Cuidados Paliativos. Psicooncóloga en la Asociación española Contra el Cáncer en Zaragoza.

**Mercedes Márquez Fernández***Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Soy diplomada en magisterio y licenciada en psicología por la UNED. Llevo 15 años trabajando en la asociación española contra el cáncer. Me he formado en resiliencia, intervención en duelo, cuidados paliativos y mindfulness.

**Nieves Rubio Norza***Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Licenciada en psicología por la UNED. Máster en psicooncología en la Universidad Complutense de Madrid. Trabajando desde 2010 en la Asociación Española Contra el Cáncer. Empecé en sede central, posteriormente como psicooncóloga en Zaragoza y desde 2013 en la junta local de Calatayud.

**Cristina Gamón Llorente***Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Graduada en Psicología por la Universidad de Zaragoza, Máster en Psicología General Sanitaria por la Universidad de Córdoba y Máster en Psicooncología y Cuidados Paliativos por la Universidad Complutense de Madrid. Se ha formado de manera práctica en el ámbito oncológico en la Unidad de Cuidados Paliativos del Hospital Reina Sofía en Córdoba, en la Unidad Clínica y de Psicooncología de la Universidad Complutense de Madrid y en la Asociación Española Contra el Cáncer, donde comenzó como psicooncóloga en la sede provincial de Córdoba y actualmente, forma parte del equipo de psicólogas de Zaragoza.

**Nuria Pérez***Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Psicooncóloga y Psicóloga General Sanitaria. Se formó en la Universidad de Salamanca entre 2008 y 2013. Realizó sus prácticas fin de carrera en dos organizaciones relacionadas con el cáncer y posteriormente cursó el Máster en psicooncología y cuidados paliativos en la Universidad Complutense de Madrid, formándose de manera práctica durante dos años en el Hospital Doce de Octubre. Desde 2016 forman parte del equipo de psicólogas de la Asociación Española Contra el Cáncer en Zaragoza.

**María Ballestín Clavería***Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Licenciada en Psicología por la Universidad Nacional de Estudios a Distancia (UNED) con especialidad en educativa y clínica. Máster en Psicología General Sanitaria. Durante cuatro años he ejercido como psicóloga en el ámbito privado. Formación homologada en Actualización y Desarrollo en Psicooncología. Desde septiembre de 2019 formo parte de la Asociación Española contra el Cáncer trabajando como psicooncóloga.

**Ana Isabel González Nogales***Psicooncóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer*

Licenciada en Psicología por la Universidad de Valencia (1997). Psicóloga General Sanitaria. Máster en Psicología Clínica de la Salud por el Instituto de Estudios Psicológicos ISEP (2003). Experto en Terapias de Tercera Generación por la Universidad San Jorge (2016). Experta en Psicooncología y cuidados paliativos. Responsable del Centro de Solidaridad-Proyecto Hombre en Teruel de 2001 a 2003. Desde 2005 psicóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer en Zaragoza, y desde 2015, también responsable del área de programas y servicios.