

MUJER DEPORTE CÁNCER

PROGRAMA DE PREVENCIÓN DEL CÁNCER DE MAMA Y OVARIO

AMOH
Asociación Mama Ovario Hereditario

En colaboración con:

GEicam
investigación en
cáncer de mama

Con el apoyo insitucional de:

 Consejo Superior de Deportes

SEOM *Acciones sociales*
Sociedad Española de Oncología Médica
SEOM® es una marca registrada. El apoyo de SEOM no implica la organización ni financiación del evento.

SEOM apoya esta iniciativa



Programa de prevención del cáncer de mama y ovario

ÍNDICE

1 Quiénes somos

2 Cifras del cáncer

3 Programa Mujer-Deporte-Cáncer

4 Definición del programa

5 Público objetivo

6 Ejes estratégicos

7 Objetivos

8 Líneas estratégicas

9 Plan de acción

10 Propuesta de colaboración

1 Quiénes somos

Asociación Mama Ovario Hereditario - AMOH

Asociación de pacientes de cáncer de mama, ovario y hereditario, cuya misión es ser un referente y ayuda para las pacientes que sufren o han sufrido la enfermedad y para portadoras de una mutación hereditaria incrementando el riesgo a desarrollar un cáncer de mama u ovario, además de desarrollar programas de prevención del cáncer.

Consejo Superior de Deportes - CSD

El Programa Universo Mujer tiene por objeto la promoción y el incremento de la participación femenina en todos los ámbitos del deporte, abogando por una sociedad más justa. Entre sus principales vías de desarrollo del proyecto está fomentar programas de Mujer, Deporte y Salud.

Grupo GEICAM de Investigación en Cáncer de Mama

Es una fundación científica sin ánimo de lucro referente en investigación en cáncer de mama en España, y cuenta en la actualidad con un reconocido prestigio a nivel internacional.

Actualmente está constituido por más de 880 expertos de diferentes especialidades, implicados en el manejo e investigación de esta patología, que trabajan en más de 200 hospitales y centros de investigación de toda España. Desde su constitución en 1995 hasta el momento GEICAM ha realizado más de 160 estudios en los que han participado más de 64.000 mujeres y hombres.

Sociedad Española de Oncología Médica

Es una sociedad científica de ámbito nacional, sin ánimo de lucro, constituida por más de 2.900 profesionales del ámbito de la Oncología, con el objetivo de mejorar la prevención, el diagnóstico, el tratamiento y el seguimiento del cáncer con un enfoque multidisciplinar. Para ello promueve estudios, actividades formativas y de investigación, divulgación e información dirigidos al socio, los pacientes y la sociedad en general.

2 Las cifras del cáncer

- Entre 1 y 2 mujeres de cada 8 sufrirán cáncer de mama u ovario a lo largo de su vida.
- El cáncer de mama es la principal causa de muerte entre las mujeres que sufren cáncer.
- Se estima que más de 37.000 mujeres serán diagnosticadas de cáncer de mama u ovario en 2021 y más de 8.700 fallecerán (*).
- Estamos en una línea ascendente, en el 2017 los diagnósticos eran 26.000, y en pocos años llegaremos a más de 40.000 si no actuamos.
- La sociedad está cada vez más concienciada de la necesidad de tener buenos hábitos, pero falta que realmente lo asimilen.
- Las pacientes y su entorno, están cada vez más implicados en el desarrollo y gestión de la enfermedad, siendo la mujer más activa.

() Informe SEOM "Las cifras del cáncer en España 2021"*

3 Mujer Deporte Cáncer

Programa de prevención del cáncer del mama y ovario.

El programa Mujer Deporte Cáncer es la respuesta a la inquietud de un grupo de entidades comprometidas con la sociedad cuyo objetivo principal es la propia vida.

La evolución de la sociedad y los cambios en el estilo de vida condicionan actualmente el aumento de la incidencia del cáncer, enfermedad que de una manera u otra nos afectan a todos, seamos o no pacientes.

Y podemos hacer algo. Podemos contrarrestar esas cifras activando nuestro cuerpo y nuestra mente. Sabemos qué tenemos que hacer, muchas campañas de concienciación han ayudado a tener ese conocimiento. Ahora es el momento de activarnos, este programa tiene como finalidad conseguir que demos ese primer paso.

El programa se centra en el deporte y ejercicio físico como elemento activador de una vida sana basada en hábitos saludables como medidas preventivas del cáncer de mama y ovario.

A woman in athletic wear (pink sports bra, black leggings, and sneakers) is captured in a dynamic running pose against a light-colored wall. The image is semi-transparent, serving as a background for the text.

4 Definición del programa

La **FINALIDAD** del programa es transmitir a las mujeres y su entorno que el deporte ayuda a la prevención del cáncer de mama y ovario, además de contribuir a la investigación.

Nuestra **MISIÓN** es fomentar la actividad física y el deporte entre las mujeres para prevenir el cáncer de mama y ovario, así como motivar a su participación en los controles ginecológicos

Contar con una sociedad realmente activa en la práctica de ejercicio físico y deporte sería la **VISIÓN** ideal para contrarrestar la curva ascendente de nuevos casos de cáncer de mama y ovario.

En este programa queremos transmitir **VALORES** como esfuerzo, implicación, conciencia de la salud, además de transmitir luz a las pacientes de cáncer y portadoras sanas de una mutación hereditaria.

5 Público objetivo

En España existen más de 24 millones de mujeres.

1 Mujeres + 25 años de la sociedad en general.

Es el grupo principal objeto del programa, siendo las mujeres de 25 a 55 años el subgrupo target de los mensajes.

2 Pacientes de cáncer de mama, ovario y portadoras mutación hereditaria.

Pacientes que hayan sufrido o estén padeciendo un cáncer de mama u ovario, y portadoras de una mutación hereditaria que puede provocar la enfermedad.

3 Entorno familiar.

Llegar a la mujer desde su entorno potencia el mensaje transmitido por la fuerza e insistencia del transmisor.

6 Ejes estratégicos

1 El ejercicio físico y deporte

El deporte y su entorno como eje central de la comunicación e implicación en la transmisión y consecución del mensaje.

2 Colaboración de entidades y empresas.

Implicación de entidades deportivas, sociales y culturales, así como empresas, en la "difusión y consecución" del mensaje.

3 Profesionales

Colaboración de profesionales tanto en el ámbito deportivo como de la oncología y genética, trabajo conjunto por un fin común.

4 Investigación

Incidir en el desarrollo de estudios y proyectos de investigación para la prevención del cáncer de mama y ovario.

7 Objetivos

- 1 Incentivar a través de la actividad física los hábitos saludables como medida preventiva del cáncer del mama y ovario.
- 2 Motivar la asistencia a los controles ginecológicos.
- 3 Incentivar el deporte en la mujer que padece o ha padecido cáncer y en las portadoras de mutaciones.
- 4 Promover y financiar estudios de implicación del deporte en el cáncer y proyectos de investigación en la prevención.

8 Líneas estratégicas

- 1 Transmitir el mensaje.
- 2 Incentivar la actividad.
- 3 Motivar el control ginecológico de forma regular.
- 4 Investigación preventiva

Transmitir el mensaje

Línea estratégica 1

Transmitir el mensaje de campaña a través de entidades deportivas, asociaciones de mujeres, o cualquier entidad que pueda prescribir nuestro mensaje, para difundirlo a sus socias con mensajes muy potentes que busquen la reacción de las mismas.

Incentivar la actividad

Línea estratégica 2

Establecer y proponer acciones que promuevan la actividad física entre el público femenino en general, y programas que fomenten e incentiven la actividad física y la práctica del deporte entre pacientes de cáncer de mama y ovario, y portadoras de la mutación hereditaria.

Control ginecológico

Línea estratégica 3

Fomentar la participación de las mujeres en los programas de control ginecológico de forma regular a través de la colaboración de profesionales de la ginecología.

Investigación preventiva

Línea estratégica 4

Promover, participar y financiar estudios de investigación sobre los beneficios del deporte en el cáncer, y en proyectos de investigación de prevención del cáncer de mama y ovario.

9 Plan de acción

El programa se compone de una sucesión de campañas mensuales basadas en las siguientes acciones:

1 Campañas de difusión de mensajes.

Se contemplan dos tipos de campañas: 1) Mensaje Regular, 9 campañas/año; 2) Campaña Especial, 3 anuales: Día Mundial del Cáncer de Mama (octubre), DM del Cáncer (febrero) y DM del Cáncer de Ovario (Mayo).

2 Acciones personalizadas.

Dirigida a entidades deportivas, sociales y culturales. Se plantean acciones corporativas internas para difundir la campaña en el formato que la entidad proponga como eventos, corners, comunicación, promoción, ... Ofreceremos la imagen del programa con la entidad.

3 Campañas de adhesión al programa.

Dirigidas principalmente a empresas. El programa contará con un Manifiesto o Protocolo de Aplicación al que podrán adherirse las empresas para aplicar internamente entre su personal y fomentar así la prevención.

10 Propuesta de colaboración

2021 - Fase de lanzamiento: Campañas Regulares y Día Mundial del Cáncer de Mama (octubre).

Para esta fase inicial la propuesta es conjunta o global para todas las entidades y empresas que quieran colaborar con el programa Mujer-Deporte-Cáncer:

- Difundir el mensaje de las Campañas Regulares a través de las redes sociales.
- Participar activamente en la Campaña del Día Mundial del Cáncer de Mama durante el mes de octubre haciendo difusión en redes sociales de la campaña y llevando a cabo acciones internas para potenciar el mensaje.

Presentamos esta fase como punto de partida sobre el que construir el programa y ofrecer a todas las entidades y empresas la posibilidad de involucrarse en función de sus posibilidades y valores corporativos.

¿Nos ayudas?

**Programa de Prevención del
Cáncer de Mama y Ovario
#Porlavidamuévete**

Contacto:

mail: marcelo@amohasociacion.org

móvil: 669147265

www.mujerdeportecancer.com (octubre'21)

www.amohasociacion.org

MUJER DEPORTE CÁNCER

#PorLaVidaMuévete

En colaboración con:

AMOH
Asociación Mama Ovario Hereditario
www.amohasociacion.org

GEicam
investigación en
cáncer de mama
www.geicam.org

Con el apoyo instiucional de:


Consejo
Superior
de Deportes
www.csd.gov.es/es

SEOM *Acciones sociales*
Sociedad Española
de Oncología Médica

SEOM® es una marca registrada.
El apoyo de SEOM no implica la
organización ni financiación del evento
www.seom.org