

ASOCIACIÓN
AMULAR



¿QUIENES SOMOS?

Somos una asociación sin ánimo de lucro, formada por tres mujeres relacionadas con el cáncer, que se unen con la ilusión de ayudar a mejorar la calidad de vida de las mujeres laringectomizadas y con cáncer de cabeza y cuello.

Isabel, Lourdes y Natalia

¿CUÁL ES LA MISIÓN DE AMULAR?

Amular nace con la intención de ayudar y acompañar a las mujeres que atraviesan por un cáncer de cabeza y cuello, con el fin de crear un espacio de apoyo, de acompañamiento, comprensión y empoderamiento.

Además, uno de los objetivos principales es la formación en la propia enfermedad y sus secuelas, pero sobre todo en salud



PORQUE EL CÁNCER ES PARTE DEL CAMINO, PERO NO TIENE POR QUÉ SER EL FINAL.

ÁREAS DE TRABAJO



ACOMPañAMIENTO

Acompañamos en el proceso del cáncer, desde el diagnóstico, el postoperatorio inmediato y en la rehabilitación posterior

Se ofrece desde consejo económico, apoyo familiar, organización y logística tras la cirugía

APOYO

FORMACIÓN

A través de vídeos, charlas y encuentros, junto con el servicio de consulta presencial y por whatsapp, se da información sobre el proceso, las secuelas y formación en salud para promover la autonomía de las paciente

Una vez al mes organizamos reuniones donde compartir actividades lúdicas y formativas

EVENTOS

¿EN QUÉ CONSISTE EL ACOMPañAMIENTO? TO?

El acompañamiento y la información es una parte esencial que mejora la preparación para los tratamientos y la rehabilitación. La imagen distorsionada a nivel social que tiene la enfermedad genera gran ansiedad y miedo.



ANTES DE LA CIRUGÍA

Información sobre la laringectomía total o la cirugía que se vaya a realizar, sobre el diagnóstico y sobre el proceso de recuperación. Es importante conocer experiencias de otras personas.

EN EL POSTOPERATORIO

Información y **hoja de ruta de la vuelta a casa**, desde qué comer, cómo ducharse, cómo respirar, cómo dormir, cómo comunicarse, cómo son los accesorios, cómo pedir ayuda...



LA VUELTA A CASA

Enfrentarse a los primeros días tras la cirugía es un momento muy importante donde se necesita apoyo

EN LA REHABILITACIÓN

Estaremos dando apoyo y facilitando los recursos para una buena rehabilitación, promoción de la salud y mejora de la calidad de vida



¿QUIÉNES HACEN EL ACOMPAÑAMIENTO? VOLUNTARIOS

**Todas podemos influir de forma significativa en cómo se enfrenta un paciente a la noticia
de la enfermedad y a su nueva situación
Y MARCA LA DIFERENCIA**



¿EN QUÉ CONSISTE EL APOYO?

El apoyo está
centrado en las
necesidades de los
pacientes a nivel
individual solicitando
cita en el despacho



ASESORAMIENTO ECONÓMICO

Asesoramiento sobre los trámites
administrativos: dependencia,
discapacidad... Apoyo legal desde
GEPAC



ASESORAMIENTO LOGOPÉDICO

Servicio de consultas por whatsapp
para dudas y gestión de logopeda
particular para erigmo fonía y voz
protésica



EJERCICIO Y REHABILITACIÓN CON CONCHA

El ejercicio físico y dirigido es la actividad más importante para la rehabilitación de las secuelas de los tratamientos del cáncer de laringe y de cuello.

A través de GEPAC se ha conformado un grupo para la rehabilitación del cuello y cintura escapular con Concha, una profesional del ejercicio y el pilates con años de experiencia tratando pacientes. Su compromiso con Amular no tiene límite. Solo podemos agradecer su confianza y apoyo.

DONDE ENCAJAN
TODAS LAS PIEZAS



AMULAR

ASOCIACIÓN PARA MUJERES
LARINGECTOMIZADAS Y CON CÁNCER DE
CABEZA Y CUELLO

¿Qué se ofrece en la Asociación AMULAR?

- Eventos y reuniones grupales
- Asesoramiento laboral y fiscal
- Apoyo emocional a la paciente y a la familia
- Actividades para promoción de la salud y el bienestar
- Actividades lúdicas
- Charlas informativas sobre la enfermedad, las secuelas y sus cuidados
- Clases de pilates, de yoga
- Fisioterapia, psicooncología, logopedia
- Acompañamiento en el diagnóstico, durante los tratamientos y en la vuelta a casa
- Comunidad de apoyo

Convenio con GEPAC



ESTAMOS PARA APOYARTE

Pídenos cita previa para cualquier consulta
y únete a nuestra comunidad



643 25 12 52



Centro Cívico Playa Gata
Avenida Cardenal Herrera Oria n° 80B,
28034, Madrid



www.proyectoamular.org

¿EN QUÉ CONSISTE LA FORMACIÓN Y LA INFORMACIÓN?

La formación y la información son las claves para mejorar la autonomía y la independencia en la enfermedad y para la lograr una rehabilitación adecuada de las secuelas



01

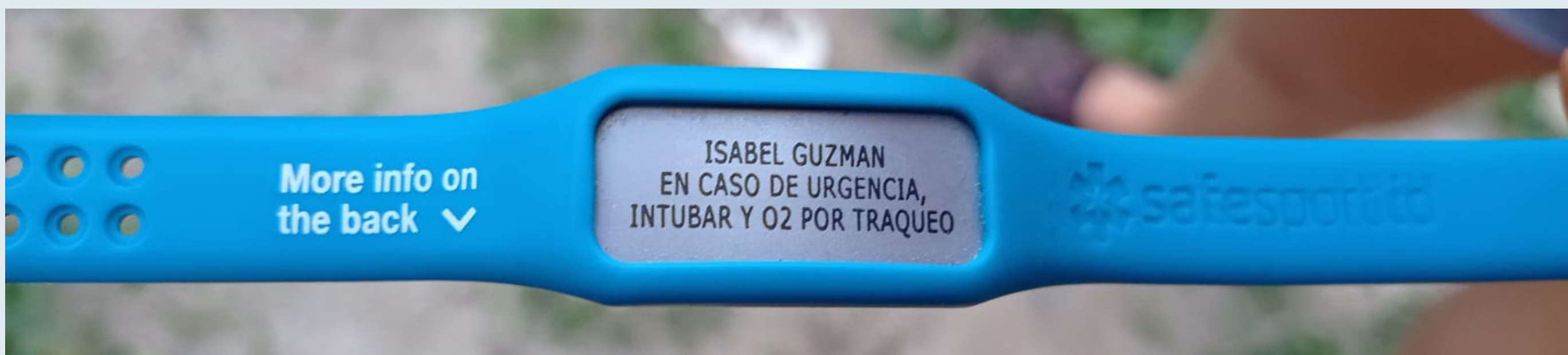
Información sobre la laringectomía total y otras cirugías y tratamientos y sobre el proceso de recuperación. Es importante conocer las secuelas a las que vamos a enfrentarnos.

02

Información y **hoja de ruta de la vuelta a casa**, desde qué comer, cómo ducharse, cómo respirar, cómo dormir, cómo comunicarse, cómo son los accesorios, cómo pedir ayuda...

Pulseras de seguridad

24,95€ + gastos de envío



Descuento a través de Amular



CHARLAS

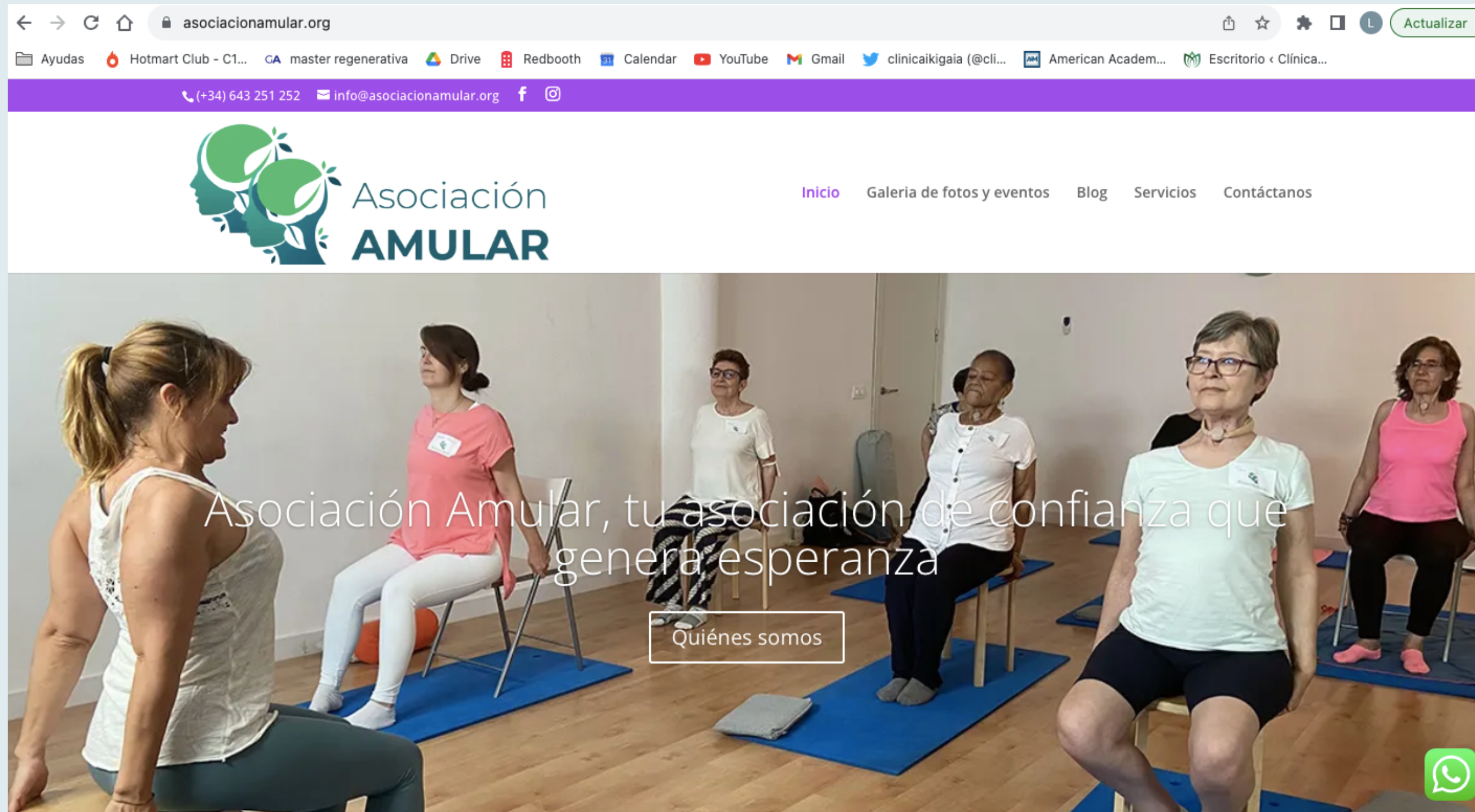
Charlas con expertos sobre la enfermedad, los tratamientos y las secuelas de los mismos, tanto de la cirugía como de la radioterapia. Consejos sobre cómo mejorar esas secuelas

ACTIVIDADES

Charlas, actividades y material online y escrito sobre cómo mejorar la salud: la importancia del ejercicio físico, de la alimentación saludable, del sueño reparador y del equilibrio emocional.



**PORQUE EL CÁNCER
ES PARTE DEL
CAMINO, PERO NO
TIENE POR QUÉ SER
EL FINAL.**



**RECURSOS
AUDIOVISUALES**

www.asociacionamular.org
info@asociacionamular.org



Nuestro Blog



Sensación de boca seca o xerostomía

[DIC 15, 2022 | NATALIA LOGOPEDA](#)

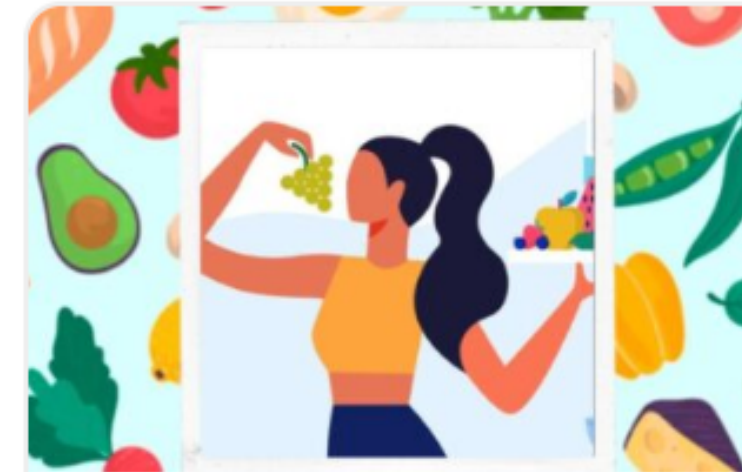
La boca seca o xerostomía es uno de los efectos secundarios más frecuentes tras la radioterapia en el cáncer de cabeza y cuello. Ésta se produce cuando las glándulas salivares no producen suficiente saliva como para mantener húmeda la boca. Esta secuela disminuye...
[Leer más](#)



La pérdida de olfato tras la laringectomía total

[SEP 7, 2022 | NATALIA LOGOPEDA](#)

Bienvenidos un día más al blog de Amular. En esta ocasión esta entrada va a ir dirigida a aprender un poco por qué se produce una pérdida de olfato cuando se tiene una laringectomía total y el mecanismo que usamos para rehabilitarlo. El olfato es un sistema primario de...
[Leer más](#)



La disfagia o problemas para la alimentación en el cáncer de cabeza y cuello

[SEP 1, 2022 | NATALIA LOGOPEDA](#)

Hoy en nuestro blog vamos a hablar de otra de las secuelas más habituales en el cáncer de cabeza y cuello: los problemas al tragar o de deglución. Se entiende por deglución el paso de sustancias desde la boca hasta el estómago. Se trata de un proceso complejo en el que...
[Leer más](#)

asociacionamular ▾ ●



73Publicaciones223Seguidores56Siguiendo

Amular
Organización no gubernamental (ONG)
Somos una asociación sin ánimo de lucro, que nace con la ilusión de mejorar la vida de las mujeres con cáncer de cabeza y cuello.

 linktr.ee/asociacionamular?utm_source=...

Panel para profesionales
Insights, herramientas de anuncios y recursos para emp...

Editar **Compartir** **Contactar**



Prótesis de... Baile y pint... Encuentro 1 Nuevo



Fuga de prótesis de voz a través
Asociación Amular

Ejercicios diarios de cuello
Asociación Amular

Cómo ducharse tras la laringectomía
Asociación Amular



Próximo 30 de septiem

Hoy, 27 de julio, se

Asociación Amular(asociacionamu... linktr.ee



Asociación Amular
Asociación para el apoyo a mujeres con cáncer de cabeza y cuello.

 Blog ...

 YouTube ...

 Podcast ...

 Web ...

 linktr.ee/you ...

Join asociacionamular on Linktree today



¿EN QUÉ ESTAMOS TRABAJANDO?

- HOJA DE RUTA VUELTA A CASA
- EL LIBRO DEL LARINGECTOMIZADO: EL PROCESO DE LA ENFERMEDAD Y SU REHABILITACIÓN
- Contenidos para redes para mejorar las secuelas y la calidad de vida: canal de cocina, Laritrucos, ejercicio con Concha
- Organización de charlas en los eventos con EXPERTOS: otorrinos, logopedas, psicólogos, radioterapeutas, oncólogos...



LOS EVENTOS

Uno de los secretos de la recuperación de esta enfermedad es la socialización y poder compartir con personas que pasan por lo mismo. Los eventos tienen el objetivo de promover la salud, desconectar y generar buenos momentos.

Memoria 2022-2023:

- 11/6/22: Evento 1:** Arranca Amular. Yoga con Noelia
- 6/8/22: Evento 2:** Ejercicio con Concha
- 17/9/22: Evento 3:** Taller de conciencia corporal
- 29/10/22: Evento 4:** Zumba con Concha
- 20/11/22: Evento 5:** lectura del libro de Sergio
- 18/12/22: Evento 6:** Café de Navidad
- 19/2/23: Evento 7:** Taller de rehabilitación de olfato
- 3/6/23: Evento 8:** Taller de pintura y baile con Higinia y Sabina
- 18/6/23: Evento 9:** conferencia de logopedia con Natalia y secuelas de la Radioterapia con la Dra. Margarita Martín



Evento de taller de pintura y baile con Higinia y Sabina



Calendario de actividades 2023



- 30/9/23: Apertura de curso
- Octubre: evento de Sabina por Amular
- Octubre: Taller de gestión emocional y Yoga
- Noviembre: Voz y complicaciones de las prótesis con el Dr. Mario Fernández
- Diciembre: evento de pintura y baile con Higinia y Sabina
- Diciembre: café de Navidad



- Agradecimiento por todas las donaciones a la cuenta de Amular y las donaciones a través del bizum
- Agradecimiento por seguirnos y compartir en Youtube, instagram y facebook
- Agradecimiento por el apoyo en el grupo de whatsapp aportando opinión y ánimo a quien lo necesita
- Agradecimiento por acudir a los eventos y hacer que las actividades sean lo que son, especiales

Donaciones

cuenta: ES91 2080 3132 76 3040043343

bizum al móvil de Amular 643 25 12 52 con el código 07587

DONDE ENCAJAN
TODAS LAS PIEZAS



AMULAR

ASOCIACIÓN PARA MUJERES
LARINGECTOMIZADAS Y CON CÁNCER DE
CABEZA Y CUELLO

MUCHAS GRACIAS