



# DÍA MUNDIAL DEL CÁNCER DE PRÓSTATA

“Hablemos de próstata”

11 de junio de 2020



cáncer/  
**PRÓSTATA**  
ESPAÑA

**gepac**  
PACIENTES/  
CÁNCER

# Índice



- **¿QUÉ ES GEPAC?** Página 3.
- **CÁNCER DE PRÓSTATA** Página 7.
- **DÍA MUNDIAL DEL CÁNCER DE PRÓSTATA** Página 11.
- **DIFUSIÓN DE LA INICIATIVA** Página 16.
- **POR QUÉ COLABORAR CON GEPAC** Página 19.

11 de junio de 2020

**¿QUÉ ES GEPAC?**



# ¿QUÉ ES GEPAC?



GEPAC, Grupo Español de Pacientes con Cáncer, creado el 1 de septiembre de 2010, es una organización independiente sin ánimo de lucro **formada por 106 organizaciones de toda España, divididas en: 74 asociaciones de pacientes, 22 miembros corporativos y 10 divisiones** (tumores raros, mama, cabeza y cuello, hígado, páncreas, próstata, pulmón, riñón, piel y melanoma).

Desde nuestra propia experiencia como pacientes con cáncer, exponemos nuestras demandas y necesidades a los diferentes agentes sociales vinculados a la atención oncológica y trabajamos activamente para lograr la normalización del cáncer.

Nuestros principales **objetivos** son:

- ✓ **Representar los intereses** de los pacientes con cáncer y sus familias.
- ✓ **Fomentar la cooperación** entre las diferentes organizaciones de pacientes con cáncer de nuestro país.
- ✓ Hacer que el **cáncer ocupe un lugar prioritario** en las políticas sanitarias españolas.
- ✓ Velar para que los pacientes con cáncer de nuestro país tengan **acceso a las mejores pruebas diagnósticas y tratamientos**.
- ✓ **Contribuir a cambiar o crear leyes** que aseguren la atención de las necesidades de los pacientes con cáncer.
- ✓ **Promover la investigación** sobre la realidad de los supervivientes al cáncer.

Para alcanzar lo anteriormente descrito, los proyectos e iniciativas de GEPAC se sustentan en **cuatro pilares**:

- ✓ Garantizar una atención integral del paciente oncológico.
- ✓ Lograr la normalización social del cáncer.
- ✓ Facilitar información útil y supervisada por profesionales sanitarios.
- ✓ Velar por la equidad en el acceso a pruebas diagnósticas y tratamientos.

El Grupo Español de Pacientes con Cáncer ofrece los siguientes **servicios**:

- ✓ **Atención social:** asesoramiento sobre los recursos, gestiones y trámites que pueden ser de utilidad tras el diagnóstico de un cáncer.
- ✓ **Atención psicooncológica:** GEPAC ofrece apoyo psicológico a afectados por la enfermedad y a sus allegados.
- ✓ **Asesoramiento jurídico:** un gabinete de abogados orienta sobre las cuestiones legales que pueden surgir durante tu enfermedad.
- ✓ **Asesoramiento oncoestético:** consejos sobre cómo cuidar tu piel durante y después de los tratamientos oncológicos.
- ✓ **Actividad física:** un equipo de instructores especializados ofrece clases de ejercicio físico para las personas con cáncer.



- ✓ **Asesoramiento reproductivo:** con este servicio los pacientes pueden resolver todas sus dudas respecto a fertilidad y cáncer.
- ✓ **Información médica:** a través de guías sobre patologías y medicamentos orientamos a pacientes y familiares durante el proceso oncológico.

El Grupo Español de Pacientes con Cáncer **forma parte de plataformas internacionales**, compartiendo con ellas formación y experiencias. De este modo, lleva al ámbito local la visión global y conocimiento de otras muchas organizaciones.

GEPAC también ha **creado y consolidado relaciones** con sociedades científicas, universidades, agencias de medicamentos, grupos de investigación, hospitales y otros colectivos, contribuyendo al desarrollo de iniciativas conjuntas.



# EL CÁNCER DE PRÓSTATA



# EL CÁNCER DE PRÓSTATA



Como bien expone la Asociación Española de Urología (AEU), el cáncer de próstata es un crecimiento atípico y descontrolado de las células que conforman la glándula prostática.

Según los datos publicados en el estudio “Las cifras del cáncer en España 2020” de la Sociedad Española de Oncología Médica (SEOM), **el cáncer de próstata fue el cuarto tumor más frecuentemente diagnosticado en el mundo en el año 2018**. En España, este 2020, se prevé que el de próstata será el segundo tumor más diagnosticado (35.126). Además, fue el más prevalente en hombres en 2018, con 106.941 casos.

En cuanto a **factores de riesgo**, según AEU, el más importante de ellos es la **edad**, ya que la enfermedad tiende a desarrollarse en hombres mayores de 50 años, siendo la media de edad al diagnóstico en torno a los 69 años. Los **antecedentes familiares** también son un factor de riesgo para padecerlo. Aunque no están claros los motivos, los estudios demuestran que el cáncer de próstata suele tener un curso más agresivo en las personas negras.

La Sociedad Española de Oncología Radioterápica (SEOR), en su Manual Práctico de Oncología Radioterápica, también señala que los **factores endocrinos, dietéticos**, los relacionados con **el estilo de vida y otros factores como la prostatitis crónica**, podrían favorecer la aparición de este tumor.

Por lo general, el cáncer de próstata en etapa inicial no causa síntomas. No obstante, los cánceres de próstata más avanzados pueden a veces causar:

- ✓ **Problemas al orinar**, incluyendo un flujo urinario lento o debilitado o necesidad de orinar frecuentemente especialmente de noche.
- ✓ **Sangre en la orina.**



- ✓ **Dificultad para lograr una erección** (disfunción eréctil).
- ✓ **Dolor** en las caderas, la espalda (columna vertebral), el tórax (costillas) u otras áreas debido al cáncer que se ha propagado a los huesos.
- ✓ **Debilidad o adormecimiento de las piernas o los pies**, o incluso pérdida del control de la vejiga o los intestinos debido a que el cáncer causa presión en la médula espinal.

Aunque en 2018 los tumores fueron la primera causa de muerte entre los varones en España (SEOM), **el 80 % de los pacientes diagnosticados de esta enfermedad siguen vivos a los 10 años del diagnóstico** (AEU).

El Grupo Español de Oncología Genitourinaria (SOGUG) también expone que, según el tamaño y la localización del tumor, se pueden definir diferentes estadios del cáncer: **cáncer de próstata localizado**, en el que las células tumorales se encuentran solo dentro de la próstata; **cáncer de próstata localmente avanzado**, estas se encuentran también en tejidos cercanos; y **cáncer de próstata avanzado o metastásico**, se han extendido a otros tejidos y/u órganos del cuerpo. En el 90 % de los casos la metástasis se produce en el hueso.

## APOYO EMOCIONAL EN EL CÁNCER DE PRÓSTATA

En el cáncer de próstata, el **apoyo del psicooncólogo favorece la expresión emocional y aporta** al paciente **herramientas** y recursos que le permitan afrontar el día a día de manera adaptativa (siempre teniendo en cuenta la importancia del individualismo de casos). Además, le dota de técnicas para el **manejo del estrés y la ansiedad** que provoca esta enfermedad y las distintas etapas por las que se pasa: diagnóstico, tratamiento, post tratamiento y la no tan nombrada supervivencia.

El psicooncólogo, también va a contribuir al **acompañamiento sobre los efectos secundarios** que se producen en este tipo de patología como son la incontinencia urinaria o la disfunción eréctil, ambas muy impactantes en el paciente debido a sus complicaciones y cambio en las limitaciones que se ven aumentadas.

Cabe destacar también el importante trabajo que se realiza junto con el paciente para **modificar pensamientos irracionales** que a veces son un problema añadido a la enfermedad, como pueden ser "ya no puedo tener relaciones sexuales" o "parezco un niño pequeño con el pañal".

Y es que **la sexualidad es uno de los aspectos que más preocupa a los hombres con cáncer de próstata**. Teniendo en cuenta que **debido a la disfunción eréctil su vida sexual en muchos casos se ve modificada**, los pacientes presentan diferentes necesidades como información concreta sobre cómo llevar a cabo estas relaciones sexuales, desarrollar un reaprendizaje de esta práctica con consejos de profesionales, una explicación más concreta de los métodos farmacológicos que pueden utilizar o cómo poner en marcha habilidades de comunicación efectivas con sus parejas.





**DÍA MUNDIAL DEL  
CÁNCER DE PRÓSTATA**



# DÍA MUNDIAL DEL CÁNCER DE PRÓSTATA

Desde «Cáncer de Próstata España», división integrada en el Grupo Español de Pacientes con Cáncer (GEPAC), todos los años celebramos el **11 de junio** el **Día Mundial del Cáncer de Próstata** con el objetivo de incrementar la sensibilización social con la enfermedad y favorecer la normalización del cáncer de próstata, además de acercar a los pacientes y a sus familiares información y recursos a través de «Cáncer de Próstata España».

## HABLEMOS DE PRÓSTATA

**Todos necesitamos comunicarnos y sentirnos escuchados.** Hablar con un familiar o amigo para contarle nuestras alegrías nos hace felices, compartir lo bueno que nos pasa con nuestro entorno nos hace disfrutarlo más. Del mismo modo, exponer nuestros problemas y preocupaciones hace que la carga sea menos pesada y nos ayuda a encontrar soluciones que nosotros solos no éramos capaces de ver.

Compartir nos libera, nos hace tener mayor bienestar emocional y mejora nuestras relaciones con los demás. Pero, a pesar de sus numerosos beneficios, en ocasiones nos cuesta hablar, no sabemos bien qué decir o nos da miedo lo que el resto pueda opinar. Es decir, **necesitamos la cercanía de otras personas aunque deseemos estar en el anonimato**, algo que en muchas ocasiones vemos presente en los pacientes con cáncer de próstata.

Y es que, aunque en los últimos años se ha dado más visibilidad a la necesidad que presentan los hombres de expresar sus emociones y sentimientos, aún nos queda un largo camino que recorrer.

Por ejemplo, **el cáncer de próstata para muchos hombres puede significar una amenaza a su masculinidad, se sienten mayores, afecta a sus relaciones sociales y les hace sentir vergüenza e incomodidad,**



convirtiéndolo en un tema sobre el que les resulta complicado hablar. Incluso evitan acudir a sus revisiones para enfrentarse a esa realidad.

Por este motivo, queremos apoyar la campaña de este año 2020 bajo el concepto **“Hablemos de próstata”**, con el que queremos animar a los hombres a verbalizar sus preocupaciones, normalizar la enfermedad y sus pruebas médicas, resolver sus dudas y mejorar con ello su calidad de vida.

## ACCIONES QUE VAMOS A LLEVAR A CABO

Para llevar a cabo la campaña **“Hablemos de próstata”** vamos a realizar diferentes iniciativas. Estas son:

### Microsite online

Con información sobre el cáncer de próstata, la división «Cáncer de Próstata España», sexología, psicología, deporte especializado, nutrición y multimedia. Es decir, todos los bloques temáticos sobre los que los pacientes necesitan información.

Además, para completar la iniciativa, dentro del microsite habrá un apartado donde **se animará a los pacientes a hablar** y contar su experiencia enviando **audios de voz**, de 2 minutos máximos de duración, verbalizando sus miedos o contando sus historias de forma anónima para ayudar a los hombres que se encuentran en su misma situación. Para ello, **se habilitará un número de teléfono al que enviar estos mensajes**.

En este mismo teléfono, **podrán preguntar sus dudas puntuales** y desde GEPAC se les intentará dar respuesta a las mismas a través del apoyo de diferentes profesionales sociosanitarios.

### Tres seminarios online

Desde GEPAC **queremos ofrecer una herramienta gratuita** que **permita a los pacientes con cáncer de**

**próstata resolver sus dudas** y conocer la última información sobre esta enfermedad.

Este es el motivo por el que realizaremos tres seminarios online que englobarán todos los aspectos que preocupan actualmente a los pacientes con esta patología. Estas son las fechas, títulos y perfiles de ponentes con los que nos gustaría contar para la celebración de estas jornadas:

### **Miércoles 10 de junio de 2020 a las 17:00 h. Dimensión física y emocional en el cáncer de próstata.**

- ✓ **Conociendo los principales síntomas del cáncer de próstata y cómo actuar ante ellos.** Ponente: Representante de la Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria (SEMERGEN). (Ponente por confirmar)
- ✓ **Incontinencia y ejercicio físico en pacientes con cáncer de próstata.** Ponente: Fisioterapeuta oncológica. (Ponente por confirmar)
- ✓ **La dimensión emocional en el cáncer de próstata y la importancia de los programas de soporte: GEPAC Contigo Cáncer de Próstata.** Ponente: Dña. Cristina Panera Hernández. Psicooncóloga del Grupo Español de Pacientes con Cáncer (GEPAC).

### **Jueves 11 de junio de 2020 a las 17:00 h. La visión de los expertos en el cáncer de próstata.**

- ✓ **El punto de vista del urólogo.** Ponente: Médico experto en urología. (Ponente por confirmar)
- ✓ **El punto de vista del oncólogo.** Ponente: Representante de la Sociedad Española de Oncología Médica (SEOM) y/o del Grupo Español de Oncología Genitourinaria (SOGUG). (Ponente por confirmar)
- ✓ **El punto de vista del oncólogo radioterápico.** Ponente: Representante de la Sociedad Española de Oncología Radioterápica (SEOR). (Ponente por confirmar)

## Viernes 12 de junio de 2020 a las 17:00 h. Conviviendo con el cáncer de próstata.

- ✓ **Alimentación y nutrición en pacientes con cáncer de próstata.** Ponente: Representante de la Sociedad Española de Nutrición Clínica y Metabolismo (SENPE). (Ponente por confirmar)
- ✓ **Relaciones sexuales tras el cáncer de próstata.** Ponente: Dña. Lydia Polo. Psicóloga experta en sexología y psicooncología.
- ✓ **Una mirada al futuro: conociendo la protonterapia.** Ponente: Oncólogo radioterápico. (Ponente por confirmar)

Cada ponente contará con 15 minutos de minutos de exposición individual. Posteriormente se dará paso a una ronda de preguntas de 30 minutos. Para poder unirse a este seminario únicamente será necesario conexión a internet y un ordenador.

## REDES SOCIALES

La campaña se apoyará con **diferentes banners en las redes sociales de GEPAC** informando sobre las diferentes iniciativas expuestas anteriormente. Todas ellas se acompañarán con el hashtag **#hablemosdepróstata**.

Estos son los seguidores que tenemos en las redes sociales de GEPAC a día 11 de mayo de 2020:

 **Facebook: 11.667 seguidores.**

 **Twitter: 15.174 seguidores.**

 **Instagram: 1.092 seguidores.**

# DIFUSIÓN DE LA INICIATIVA





# DIFUSIÓN DE LA INICIATIVA



Para la difusión de la campaña **“Hablemos de próstata”** hemos diseñado un plan de comunicación que pasaremos a exponer a continuación. Para ello debemos plasmar los siguientes aspectos:

## PÚBLICO OBJETIVO

### Público principal

El principal público de esta iniciativa son **todos los pacientes con cáncer de próstata de España**.

### Público secundario

Dentro del público secundario podemos destacar dos grupos:

- ✓ **Todas aquellas personas interesadas** en esta campaña.
- ✓ **Los medios de comunicación**, encargados de difundir la campaña.

## OBJETIVOS DE COMUNICACIÓN

Con esta acción se buscan alcanzar los siguientes objetivos en materia de comunicación:

- ✓ **Dar visibilidad a los problemas y necesidades** de los pacientes con cáncer de próstata.
- ✓ **Favorecer la normalización social del cáncer de próstata** y los problemas derivados de los efectos secundarios de los tratamientos.
- ✓ **Reforzar el posicionamiento** de GEPAC como representante de los pacientes con cáncer y sus familias ante la sociedad.

## TÁCTICAS

### Newsletter

Para que esta iniciativa llegue a todas las asociaciones que conforman GEPAC y por lo tanto a sus pacientes, enviaremos **una newsletter informativa** de la campaña. En el mismo camino, nosotros nos haremos eco de ello con la misma **newsletter a los socios del Grupo Español de Pacientes con Cáncer**.

### Sociedades Científicas y grupos profesionales

Se les enviará la información a las Sociedades Científicas y grupos profesionales **solicitando que nos ayuden con la difusión**, así como para pedir el aval de los mismos.

### Medios de comunicación

Para la difusión de la campaña a los diferentes medios de comunicación proponemos el envío de una **nota de prensa informativa** y la **gestión de entrevistas**.

### Redes sociales

Se publicarán diferentes post en **Twitter, Facebook e Instagram**, con el hashtag **#hablemosdepróstata**.



**POR QUÉ COLABORAR  
CON GEPAC**



# POR QUÉ COLABORAR CON GEPAC

En España el cáncer sigue constituyendo una de las principales causas de morbi-mortalidad. Según se desprende del último informe de la Sociedad Española de Oncología Médica (SEOM), “Las cifras del cáncer en España 2020”, **el número de cánceres diagnosticados en España en el 2020 se estima que alcanzará los 277.394 casos** según los cálculos (REDECAN), un número muy similar al del año 2019.

Los tumores más frecuentes diagnosticados en hombres serán los de próstata, colon y recto, pulmón y vejiga urinaria. Para las mujeres mama, colon y recto.

De acuerdo con la última información del Instituto Nacional de Estadística proporcionada en diciembre de 2019, correspondiente al año 2018, **los tumores fueron la segunda causa de muerte en España** por detrás de las enfermedades del sistema circulatorio<sup>1</sup>.

Es decir, estamos ante una enfermedad que tarde o temprano se va a hacer presente en la vida de todos, bien sea en primera persona o en la de algún ser querido.

Como empresa u organización comprometida, al colaborar con GEPAC **puedes ayudar a mejorar la calidad de vida de las personas con cáncer en España**. Uniéndote a este proceso de transformación social, ganamos todos.

Estos son los principales beneficios de ser una empresa comprometida con el Grupo Español de Pacientes con Cáncer (GEPAC):

- ✓ Impulsas **un nuevo modelo de cultura corporativa** en la empresa introduciendo valores como la responsabilidad, la solidaridad, el cambio positivo y la innovación social.

<sup>1</sup> SEOM, Sociedad Española de Oncología Médica. Las cifras del cáncer en España 2020.



- ✓ **Refuerzas la imagen** de tu empresa.
- ✓ Mejoras el **reconocimiento como marca**.
- ✓ Promueves la **fidelización de clientes y colaboradores**, pues la sociedad valora de una forma especial a las empresas y entidades que apoyan a nuestro colectivo.
- ✓ **Motivas y cohesionas a los empleados** e incentivas su implicación en proyectos solidarios.
- ✓ Tienes derecho a **beneficios fiscales** en el Impuesto sobre la Renta de Personas Físicas (IRPF) y en el Impuesto de Sociedades. (Desde el 1 de enero del 2015 se modifican los porcentajes de deducción fiscal por donaciones).

GEPAC también ofrece su apoyo a las empresas colaboradoras:

- ✓ Planteamos **propuestas de colaboración** acordes con la filosofía y características de la empresa, que respondan a su política de Responsabilidad Social Corporativa.
- ✓ Emitimos **certificados de colaboración** y aportamos material de difusión para que la empresa pueda comunicar a clientes y trabajadores que se trata de una empresa comprometida con los pacientes con cáncer.
- ✓ Ofrecemos diferentes **módulos para involucrar a los trabajadores** como una forma más del compromiso con GEPAC.
- ✓ Hacemos **difusión en medios de comunicación** (prensa, internet, radio y televisión) de nuestras actividades y comunicamos la colaboración de la empresa en nuestra página web y materiales de difusión.

**Puedes visitarnos y seguir nuestros proyectos** teniendo a tu disposición nuestras cuentas anuales con el compromiso de GEPAC con la transparencia.





Consulta el siguiente cuadro:

<b>Deducciones por donaciones, donativos y aportaciones a entidades sin fines lucrativos (LEY 49/2002)</b>					
Donante		Ley 49/2002 según redacción vigente	Modificación Ley 49/2002 según Reforma fiscal		
		Año 2014		Año 2015	Año 2016 y siguientes
Persona física	IRPF (deducción en cuota del Impuesto)	25%	Hasta 150 €	50%	75%
			Resto (con carácter general)	27,50%	30%
			Resto, si en los dos años siguientes se efectuó donación con misma entidad y la donación efectuada es igual o superior a la de años anteriores	35%	35%
Persona jurídica	Impuesto sobre Sociedades (deducción en cuota del impuesto)	35%	Con carácter general	35%	35%
			Si en los dos años anteriores se efectuó donación con misma entidad y la donación efectuada es igual o superior a la de años anteriores	37,50%	40%



# gepac

PACIENTES/  
CÁNCER

 gepac\_cancer    Tengocancer    @GEPAC\_    GEPAC  
91 563 18 01 / [info@gepac.es](mailto:info@gepac.es) / [www.gepac.es](http://www.gepac.es)