

# AOCOR

ASOCIACIÓN DE OSTOMIZADOS DE CÓRDOBA

## MEMORIA DE ACTIVIDADES

# 2020

[www.aocor.es](http://www.aocor.es)  
[info@aocor.es](mailto:info@aocor.es)  
Móvil 633 30 76 57



## **1.- PRESENTACIÓN DE LA ASOCIACIÓN**

### **1.1 Introducción**

La Asociación de Ostomizados de Córdoba y Provincia se funda en el año 2013. En vista de las necesidades de una enfermería permanente y alentados por médicos de diversas unidades y después de las cirugías de ostomías, la unidad de Enfermería Expertas en estomaterapeuta del Hospital Universitario de Reina Sofía de Córdoba, promueve la creación de una asociación sin ánimo de lucro, para apoyar a todas aquellas personas que siendo ostomizadas, necesitan un apoyo psicológico y social.

Es entonces cuando un grupo de personas ostomizadas fundan (AOCOR) Asociación de Ostomizados de Córdoba.

Esta asociación está comprometida con la mejora de la calidad de vida de los Ostomizados, realizando grandes esfuerzos en organizar actividades para tener la ocasión de dejar de ser invisibles y poder mostrar quienes somos, cuáles son nuestras necesidades, qué queremos o qué podemos aportar a la sociedad ya que sabemos que la opinión pública aún no sabe nada sobre esta patología.

### **1.2-Objetivos de la Asociación**

#### **1.2.1-Objetivos generales**

Nuestro objetivo es el de apoyar a ostomizados, familiares y cuidadores mediante charlas, talleres y reuniones en grupo. Los hábitos higiénicos, la alimentación, la conducta alimentaria, el ocio, el modo de vestir, la sexualidad o la vida social y laboral sufren modificaciones. En este grupo se incluyen comportamientos como buscar información en asociaciones, acudir a los profesionales en busca de ayuda técnica, aprender el manejo del estoma, implicarse en el autocuidado o analizar los problemas que pueden ocasionar en su rutina buscando soluciones para ellos. Cuando se prescinde totalmente de este tipo de actitudes, la persona delega los cuidados en otra persona, alterando su grado de autonomía y tendiendo al aislamiento social.

### 1.2.2-Fines específicos

Los efectos del párrafo anterior se consideran finalidades específicas de la Asociación, junto con los siguientes:

- a) Proporcionar al paciente y a su entorno familiar una información veraz sobre la vida con una ostomía y orientar al asociado a la resolución de problemas médicos, psicológicos y sociales.
- b) Procurar un adecuado conocimiento de estrategias dirigidas a los pacientes con ostomía, en toda la Provincia de Córdoba y a tal fin, instar a la creación de Enfermeras expertas en Estomatología en todos los Hospitales tanto Públicos como Privados, y la formación específica del personal sanitario.
- c) Dar a conocer la existencia y características de esta patología a través de los diversos medios de comunicación para un mejor reconocimiento de la misma por parte de la opinión pública.
- d) Colaborar con las Administraciones Públicas para la visibilidad y sensibilizar a la población, conociendo y aportando sugerencias a cuantas leyes o decretos que afecten a los pacientes, proyecten promulgar. Asimismo, conseguir las ayudas necesarias para el propio desarrollo de la Asociación.
- e) Colaborar con todas aquellas entidades públicas y privadas, cuya actividad esté relacionada con los fines y objetivos de esta Asociación.
- f) Establecer relaciones con todas las asociaciones de Ostomizados, independientemente de su ámbito de actuación.
- g) La participación de los miembros de la Junta Directiva de la asociación (AOCOR) ASOCIACIÓN DE OSTOMIZADOS DE CÓRDOBA y sus asociados es voluntaria, ya que esta entidad realiza actividades relacionadas con el voluntariado y lo fomenta.
- h) También constituye el objeto social, la obtención y administración de los recursos económicos de la Asociación, así como la organización de la actuación de sus miembros.

### 1.3- ESTRUCTURA ORGANIZATIVA

La Asociación está regida y administrada por la Asamblea General, y la Junta Directiva, órgano de administración, gestión y representación. La Junta Directiva está compuesta por 9 miembros, todos ellos socios de la Asociación y voluntarios, nombrados por la Asamblea General, siendo la actual Junta Directiva la nombrada el pasado 10 septiembre 2020:

**PRESIDENCIA:**

SILVIA RODRIGUEZ BARON

**VICEPRESIDENCIA**

ANTONIO ROMERO

**SECRETARÍA:**

RAFAEL SALIDO FREYRE

**TESORERÍA:**

IGNACIO SEGUNDO MATA CUESTA

**VOCALES:**

ISABEL MENENDEZ MUÑOZ

JOSEFA PALACIOS GUTIERREZ

DIONISIO PRADOS LEAL

JUAN URBANO MARIN

JOSE ANTONIO ALVAREZ MONTERRUBIO

## 1.4- INCORPORACIÓN A OTRAS ENTIDADES O INSTITUCIONES

La asociación AOCOR es miembro de las siguientes entidades:

- Hospital universitario Reina Sofía de Córdoba



- Asociación contra el cáncer



- Federación Provincial de asociaciones de discapacitados físicos y orgánicos de Córdoba (FEPAMIC) en mayo de 2019



- Plataforma de Voluntariados de Córdoba



- Escuela de Pacientes – Junta de Andalucía



- Ayuntamiento de Córdoba – Delegación de Participación Ciudadana



- (RASSELH) Red Andaluza de Servicios Sanitarios y Espacios Libres de Humo



- Consejería de Salud y Familias



## 2.1 REUNIONES DE JUNTA DIRECTIVA, ASAMBLEA GENERAL Y ASAMBLEA EXTRAORDINARIA AÑO 2020

A lo largo de este año se ha realizado, Reuniones de Junta Directiva un total de ----- mermada por la pandemia de COVID-19, una Asamblea general y una Asamblea Extraordinaria, que se resumen a continuación:

- **16 de enero del 2020:** Asamblea General Ordinaria, celebrada en el Centro Cívico Poniente Sur con una colaboración de veinte y dos socios y dos representaciones de votos. Aprobando Cuentas anuales por unanimidad, propuesta de actividades año 2020 y la incorporación de la Asociación en la Plataforma de Voluntariado, Seguro de Responsabilidad Civil y Protección de datos, adaptándonos al RGPD y modelos de la Ley Orgánica 3/2018.
- **10 de septiembre del 2020:** Asamblea Extraordinaria, celebrada por plataforma Zoom, para la aprobación del acta de enero del 2020 y la renovación de cargos de la Junta Directiva.



## 2.2. Reuniones con Plataformas, Federaciones, Participación Ciudadana (Hospital Reina Sofía de Córdoba) y (RASSELH) Red Andaluza de Servicios Sanitarios y Espacios Libres de Humo.

Ante la imposibilidad de hacer reuniones presenciales por las restricciones derivadas del coronavirus COVID-19, se han tomado acuerdos en Junta Directiva por mediación telemática e igualmente en reuniones telemáticas con las diversas entidades y plataformas. Que se resumen a continuación:

**2.2.1.- El Hospital Universitario Reina Sofía y las asociaciones de Artritis Reumatoide, Diabetes, Asociación AOCOR y Laringectomizados de Córdoba se unen contra el tabaquismo. Nos unimos a la Red Andaluza de Servicios Sanitarios y Espacios Libres de Humo (RASSELH) el 21 de enero del 2020, y las asociaciones recogieron en este acto la certificación que les acredita como miembros de la RASSELH. Los miembros de la Junta Directiva Juan Urbano Y Josefi Palacios recogieron esta placa.**



Colaboramos en el Día Mundial del Tabaco el 31 de mayo con esta imagen que incorporaron en un excelente video de celebración (se ha publicado en la página web del Hospital y las Redes Sociales Tweets y Facebook)



## 2.2.2. PLATAFORMA DE VOLUNTARIADOS, 6 marzo del 2020:

Reunión en la Sede Acpacys con todos los Responsables de Voluntariado de las Entidades Miembro de la Plataforma del Voluntariado.

Nos sumamos a la Plataforma del Voluntariado de Córdoba. Un total de 80 entidades miembro, que apuestan por un voluntariado de calidad



- **11 FEBRERO:** Reunión en la Plataforma
- **15 MAYO:** Reunión Zoom de Plataforma de Voluntariados
- **8 JULIO Y 13 JULIO:** igualmente por plataforma Zoom, para conocer y compartir experiencias e ideas con las entidades colaboradoras.
- **18 NOVIEMBRE:** responsables de voluntariado de Entidades Miembro de la Plataforma del Voluntariado antes de la celebración del Día Internacional del Voluntariado, para informar de las acciones a llevar a cabo.



### 2.2.3.FEPAMIC (Federación Provincial de Asociaciones de Personas con Discapacidad Física y Orgánica de Córdoba)

**12 de febrero:** Presentación del programa Havita “Hogares Temporales, pero hogares”

**15 de septiembre,** en Asamblea Extraordinaria, acudimos a la cita Urgente de la Federación, para la aprobación de cuentas anuales y Memoria de Actividades 2019. El secretario D. Rafael Salido, nos representó. El carácter excepcional de la interrupción de plazos administrativos, debido al estado de alarma, hace que los plazos de presentación de las cuentas anuales se hayan modificado, con respecto a los años anteriores. Aprobados por mayoría.

**7 de noviembre,** La presidenta, Silvia Rodríguez acudió al Taller “Vivir en Positivo” en el Salón de Actos. **Un encuentro lleno de sentimientos y testimonios de superación** los invitados no dejaron indiferente a nadie



### 2.2.4- Comisión de Participación Ciudadana del Hospital Reina Sofía de Córdoba a través de la plataforma Circuit , hemos estado presentes como

Asociación , y también, La Presidenta , representando la Escuela de Pacientes. A continuación, detallamos las fechas de las reuniones:

- 29 de mayo; 5 de junio, 15 de septiembre y 27 noviembre.



Hospital Universitario Reina S... · 11h

Ante la pandemia, la @EscPacientes del @HUReinaSofia se ha adaptado con talleres virtuales en aulas de #artritis, #ostomías, #cáncerdemama y #lupus y webinars con pacientes #Covid.

✓ Objetivo 2021 consolidar la #formación virtual e incrementar el número de aulas.

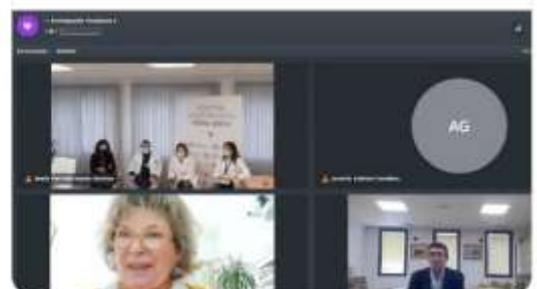


Gema Timón @gemati... · 27 nov. 20

Hoy hemos hablado con nuestras #asociaciones de #podcast y del programa del @HUReinaSofia 'Un podcast de salud'. Gracias por escucharnos y apoyarnos 😊😊 @AECC\_J\_CORDOBA @ucauce #AOCOR @FAIzahara...

Hospital Universita... · 27 nov. 20

Hoy hemos celebrado la comisión de #ParticipaciónCiudadana del @HUReinaSofia, presidida por @MJBotella (delegada de @SaludA...



### 2.2.5 IV Congreso de Organizaciones de Pacientes (ONLINE)

Los días 30 de septiembre, 1 y 2 de octubre de 2020 se celebró el IV Congreso de Organizaciones de Pacientes para debatir y conocer las 'Claves para un nuevo modelo sanitario y social de atención a la cronicidad'. El Congreso ha reunido a numerosas asociaciones de pacientes, entre ellas AOCOR, personas con enfermedades crónicas y familiares, profesionales del ámbito sanitario y social, sociedades científicas, empresas, y políticos y gestores.

### 2.2.6 -FEDERACIÓN DE ASOCIACIONES DE PERSONAS OSTOMIZADAS DE ESPAÑA

Con esta denominación (FAPOE) las Asociaciones nacionales de Ostomizados, con un total de 23 asociaciones, nos hemos reunido durante este año 2020, para constituir dicha Federación con el objetivo de Coordinar y aglutinar el esfuerzo de las Asociaciones de personas portadoras de ostomías constituidas en España y que sus fines, de un modo específico y genérico sea ayudar a personas con ostomías de descarga y de sus familiares con los medios a disposición, trasladando también a la Comunidad los problemas e inquietudes que les ocurren y manteniendo colaboración con el personal sanitario. Por otro lado, la Federación tendrá un carácter aconfesional y apolítico.

Fechas: 15 SEPTIEMBRE, 4 NOVIEMBRE, 25 NOVIEMBRE, 1 DICIEMBRE y 10 DICIEMBRE.

## 3.- COLABORACIONES

### 3.1 Colaboración HOLLISTER

Colaboración con la campaña 2020 de Proyecto Gesto y de HOLLISTER #PonUnaBolsaEnTuVida y el vídeo que acompaña la conmemoración el Día Mundial del Ostomizado, "Mas humanos que nunca. Tan cerca como siempre", nuestro objetivo desde los inicios es seguir potenciando la visibilidad de las personas ostomizadas, de nuestros familiares y de las enfermeras estomaterapeutas.



### 3.2 ESCUELA DE PACIENTES – AULA OSTOMIAS

Los días 12, 21 y 28 de enero, comenzamos el año realizando esta formación en el Hospital Cruz Roja Española de Córdoba con un total de 16 personas.

Fuimos los pioneros en realizar La Escuela de Pacientes y en esta ocasión contamos con los colaboradores Sanitarios de nuestra Asociación.

Profesionales: Encarnación Ortiz (Psicóloga de la Asociación Española Contra el Cáncer) Carmen Jurado (Enfermera y Sexóloga del Hospital Universitario Reina Sofía) Araceli (Enfermera Experta en Estomaterapeuta).

Formadoras: M<sup>a</sup> Paz Cañero y Silvia Rodríguez.

**Escuela de Pacientes del Hospital Cruz Roja de Córdoba**  
Escuela de pacientes ostomizados

Talleres prácticos para mejorar la salud y la calidad de vida de las personas ostomizadas a través de la formación y el intercambio de experiencias entre pacientes.

**1ª Sesión**  
14 enero 2020 – 9:30 h a 13:30 h.  
Vivir con una ostomía.  
¿Cómo afecta a nuestras vidas?  
El círculo de consistencia.  
Cuidados y consejos sobre alimentación.  
Elaboración de un plan de acción.  
Técnicas de relajación.

**2ª Sesión**  
21 enero 2020 – 9:30 h a 13:30 h.  
Revisión del plan de acción.  
Cuidados y consejos sobre actividad física y descanso.  
El cuidado de mi estoma.  
Elaboración de un nuevo plan de acción.

**3ª Sesión**  
28 enero 2020 – 9:30 h a 13:30 h.  
Revisión del plan de acción.  
Relaciones familiares, sociales y de pareja.  
Mi imagen.  
Completar plan de acción.

Se precisa de inscripción previa llamando al teléfono 957 760 556 o a través de este enlace: [www.hospitalcruzroja.es/escuela-pacientes/](http://www.hospitalcruzroja.es/escuela-pacientes/)

Organizado por: Cruz Roja Española. En colaboración con: AEOC, AACC, AOCOR, ESCUELA DE PACIENTES.

Síguenos en: Facebook, Twitter, YouTube.

¡Cada vez más cerca de los pacientes! Cruz Roja Española



Colaboraron en la Escuela de Pacientes:



- **13 de octubre**, por plataforma Zoom, colaboramos con la Asociación AOGRA de Granada, en su Escuela de Pacientes, donde intercambiamos información de todas las regiones andaluzas



## 4.1 DÍA MUNDIAL DEL OSTOMIZADOS A.O.C.O.R

El **Día Mundial del Paciente Ostomizado** se celebra el primer sábado de octubre de cada año, y es una fecha que tiene como principal objetivo contribuir a la integración a la sociedad de todos estos pacientes, así como concienciar a la población de la cantidad de obstáculos y barreras que tienen que enfrentar diariamente para poder seguir adelante con sus vidas después de un procedimiento quirúrgico que deja secuelas físicas y emocionales.

En este año 2020, lo hemos celebramos el día 3 de octubre, y por motivo de la pandemia COVID\_19, todos nuestros eventos lo hemos realizado online.

Nuestro querido socio José Vázquez de Palma del Rio, colabora activamente en una entrevista de RADIO PALMA.

Como mostramos a continuación:

- ✓ Empezamos el día con un PODCAST, realizado en el Hospital Reina Sofia de Córdoba, la colaboración de:

D. Cesar Díaz López Cirujano,  
Coordinador de la unidad  
Coloproctología.

D<sup>a</sup> Carmen Jurado, Unidad de  
Sexología del Materno infantil

D<sup>a</sup> Araceli Hoyo, Enfermera  
Estomaterapeuta

D<sup>a</sup>. M<sup>a</sup> Paz Cañero, Paciente  
Ostomizada

D<sup>a</sup> Silvia Rodríguez, Presidenta  
AOCOR.



Hospital Universitario R... · 03 oct. 20

Escucha nuestro nuevo #PODCAST sobre #pacienteostomizado con el testimonio de la paciente María Paz Cañedo, #AOCOR y 3 expertos del @HURReinaSofia, donde ofrecen información y consejos para el día a día

#Ivoox: [ivoox.com/57373089](https://www.ivoox.com/57373089)

#Spotify: [bit.ly/PacienteOstomi...](https://bit.ly/PacienteOstomi...)

PODCAST CON  
DR. CESAR DIAZ  
Jefe de Unidad de Coloproctología del HURS  
CARMEN JURADO  
Coordinadora y Asesora del HURS  
ARACELI HOYO  
Enfermera de Unidad de Ostomías  
SILVIA RODRIGUEZ  
Estomaterapeuta  
MARÍ PAZ CAÑEDO  
Paciente con Ostomía

DÍA MUNDIAL DEL PACIENTE OSTOMIZADO  
CONSEJOS PARA AFRONTAR LAS DIFICULTADES CON RESPETO A LA EMPERTEZA Y RECOMENDACIONES PARA IMPROBAR SUS PEQUEÑOS CAMBIOS

#LaOstomíaTeDaLaVida y 5 más

Desde el Hospital Provincial, Unidad de Día de Oncología, nos informaron de la colocación de otro BAÑO PARA OSTOMIZADOS, dentro de las medidas contempladas en el plan de humanización.



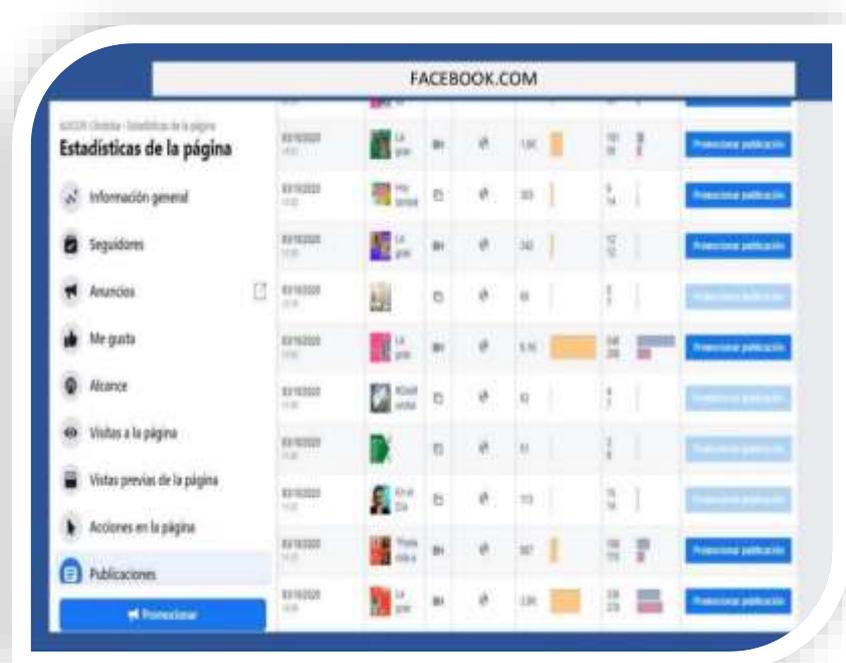
## 4.2 FACEBOOK

Los Profesionales, que nos acompañan durante el ciclo de la enfermedad, han querido mostrar su compromiso, profesionalidad y cariño, mandándonos sus testimonios, muestra de la humanidad, y aprecio. Estamos muy agradecidos, de sus mensajes de tranquilidad y esperanza.



Todos ellos puedes  
visualizarlos en el  
Facebook **AOCOR**  
**Córdoba**  
@OSTOMIZADOSAOCOR  
· Servicios sociales

Obteniendo una gran visibilidad en Redes Sociales, como ejemplo adjuntamos estadista de Facebook



### 4.3 [www.aocor.es](http://www.aocor.es)

La **Asociación AOCOR**, refuerza su presencia en internet con una **web** renovada y abierta. Creada por la Empresa **fomintec**, esta plataforma se desarrolla bajo tres criterios fundamentales: usabilidad, diseño y contenido, primando la sencillez de navegación y el acceso a la información. Un diseño sencillo y elegante que pone en valor los contenidos que la Asociación. **Subvencionado por la Ayuda monetaria de Fepamic**



### 4.4 VISIBILIDAD Y SENSIBILIDAD

El reconocimiento a nuestros socios, en estos días tan especiales de distanciamiento social, como muestra de esperanza, nos unimos en la celebración con este inmenso **CORAZÓN**.



Que igualmente, se unieron todos los AUTOBUSES DE AOCORSA, FELICITANDONOS NUESTRO DÍA GRAN MUNDIAL.



Día mundial del ostomizado **3 de Octubre 2020**  
*¡Un día, por todos!*

Durante estos meses, hemos trabajado por la CAMPAÑA DE VISIBILIDAD, tanto en redes sociales, como en las CONSULTAS DE ESTOMATERAPIAS. Unos de los puntos que más nos ha interesado, son las SEIS RAZANONES PARA SER SOCIO DE AOCOR.

**6 razones para ser SOCIO**

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

*¡Ponle vida a tu bolsa!*

Centro Cívico Poniente Sur  
C/ Camino Viejo de Almodóvar, s/n.  
14005 CÓRDOBA

**AOCOR**  
ASOCIACIÓN DE OSTOMIZADOS DE CÓRDOBA

SEFAMIC info@aocor.es - Tl. 633 30 76 57

- 1.- Luchar para que las consultas de Ostomías sean espacios humanizados.
- 2.- Conocer las consultas de enfermeras expertas en Estomaterapia de tu Hospital.
- 3.- Ayudar formando parte de una comunidad de igual a igual.
- 4.- Trabajar para implantar cuartos de baños para Ostomizados.
- 5.- Impulsar campañas de visibilidad y sensibilidad sobre la situación de personas ostomizadas.
- 6.- Encontrar Información y Formación en la Escuela de Pacientes de Ostomías.

## 4.5.-CONSULTAS DE ESTOMATERAPIAS DE CÓRDOBA Y PROVINCIA



En la Consulta de Estomaterapia, del Hospital Reina Sofía de Córdoba, en la puerta se ha colocado uno cartel “consejos prácticos para Ostomizados.” Calendarios, trípticos y logo. Igualmente, en la Consulta de Estomaterapia del Hospital Valle los Pedroches, regida por la Estomaterapeuta D<sup>a</sup> Raquel Sánchez García.



### Consejos prácticos para ostomizados



*¡Ponle vida a tu bolsa!*

info@aocor.es - Teléfono: 633 30 76 57



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



#### Estimadas las Socias:

Os envío mi más sincero y cordial saludo y el de la Junta Directiva.

Vaya por delante que somos conscientes que nos encontramos en un momento delicado en el plano social y sanitario. Pero estas circunstancias también nos llevan a ser mejores y a superar los obstáculos.

Desde la Asociación seguimos trabajando desde el compromiso y la realidad a todo lo que represente y tiene que ver con la persona ostomizada, por ello y por que nos queda mucho trabajo por hacer y muchos logros por conseguir, es por lo que debemos mirar con optimismo al futuro.

El día 3 de octubre, como todos sabéis celebraremos el Día Internacional del Ostomizado, es una jornada crucial en las que los ostomizados nos hacemos visibles de una manera especial.

Este año aprovecharemos todos los medios eficaces de las NT (nuevas Tecnologías) para celebrar nuestro día. Pero no podemos olvidar que nuestro mejor testimonio es ayudar avanzando nosotros mismo como ostomizados y ayudando a los demás que comienza el camino ya sean familiares, amigos o los propios ostomizados.

Por todo os deseo un día de reflexión y participación a través de nuestras redes sociales para que podamos juntos desde AOCOR, celebrar y reivindicar nuestra identidad de personas ostomizadas.

Un abrazo a todos

Silvia Rodríguez Barón  
Presidenta de AOCOR.



NOTA: SI NECESITA NECESAR AOCOR.

Durante este año, la información se ha enviado por medio de correos electrónicos y correo postal, al no poder comunicarnos con algunos socios/as por otro medio. Este año hemos enviado un total de cinco cartas, comunicando novedades, reuniones de encuentro, convocatorias de Asambleas y felicitación navideña, entregando como regalo por el Día Mundial del Ostomizado, un neceser.

