

Sábado, 30 de septiembre de 2023

DÍA REGIONAL DEL DONANTE DE ÓRGANOS

número 80

DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA EL 9 DE MAYO DE 1994

Cantabria



La vida, vívela



Luego, dónala...

PARA TU PROYECTO
PARA TU NEGOCIO
PARA TU ILUSIÓN



ALGER
CANTABRIA

ASOCIACIÓN PARA LA LUCHA CONTRA LAS
ENFERMEDADES DEL RÍÑON

DECLARADA DE UTILIDAD PÚBLICA



ESCANEA ESTE CÓDIGO QR
PARA MÁS INFORMACIÓN

Plaza Rubén Darío, s/n - 39005 - Santander
Teléfono: 342 27 60 61
Correo: info@algercantabria.org
Web: https://www.algercantabria.org



#bornelectric



BMW iX1
100% ELECTRIC
100% ENTREGA INMEDIATA

Y ADEMÁS CARGADOR BMW **DE REGALO**,
O DESCUENTO EQUIVALENTE.

Descubre la electrificación a otro nivel con el **BMW iX1**.

Experimenta una conducción sin emisiones con la **quinta generación de baterías BMW**, que te brinda una **autonomía eléctrica notable** de **hasta 440 km**. Siente la libertad de explorar nuevos horizontes sin preocuparte por la carga. Queremos ofrecerte una experiencia completa y conectada. Con la **función de Digital Key**, podrás utilizar tu **móvil como llave** y compartirla con hasta 5 amigos y familiares, facilitando la gestión y el acceso al vehículo.

Siente la chispa de la movilidad eléctrica ¡aquí y ahora!

CON CARGADOR BMW DE REGALO

O descuento equivalente.
Pedidos realizados
hasta el 30/11/2023.



Grünblau Motor

B.º La Venta, s/n
Tel.: 942 58 09 37
Camargo

www.grunblaumotor.concesionariobmw.es

Consumo eléctrico combinado (KWh/100) 16,8 18,2.
Autonomía combinada (km) 414 440.

cardiva®

Ejemplar gratuito
Nº 80
Septiembre 2023

Boletín informativo
de **ALCER CANTABRIA**,
Asociación sin ánimo
de lucro,
Declarada de
Utilidad Pública

Dirección y Redacción:
JUNTA DIRECTIVA

Administración:
Plaza Rubén Darío s/n
39005 SANTANDER
Tfno.: 942 27 60 61
Fax: 942 27 23 48
E-mail:
info@alcercantabria.org
www.alcercantabria.org

D. Legal: SA-264-2000

ALCER CANTABRIA
no comparte necesariamente
los criterios de sus colabora-
dores en los trabajos publi-
cados en esta Revista.



Agenda



36^ª Jornadas Nacionales en
Madrid



Misa por socios y socias fallecidos

4 EDITORIAL

Contigo

5 RECETA

Macarrones con nata, guisantes y jamón



6 RECORTES DE PRENSA



8 ACTIVIDADES

Segundo cuatrimestre de 2023



12 HABLAN LAS PROFESIONALES

Gestión de plazas de diálisis vacacional



14 AVANCE DE ACTIVIDADES

Tercer cuatrimestre de 2023





Editorial

El pasado 30 de septiembre se celebró, un año más, el Día Regional del Donante de Órganos. Se montaron mesas informativas en Santander, Torrelavega y Camargo (como se puede ver en el apartado de actividades del segundo cuatrimestre del año). En la organización de las tres mesas, a mí me tocó acudir a la mesa de Camargo, acompañado de un buen amigo, Pablo, a quien agradezco el esfuerzo de estar un rato conmigo a pesar de tener un compromiso personal al que no se puede faltar. Al final de la mañana, hubo que recoger todo el material, léase mesa, sillas, roll ups, dipticos, etc. Posteriormente aproveché para dejar todo el material en la sede. En ese momento me puse a hacer balance mental de la mañana, y ya puestos, a recordar las anteriores ocasiones en que he tenido la oportunidad de colaborar en las diferentes campañas de sensibilización en favor de la donación de órganos.

Ha pasado mucho tiempo desde aquella primera vez en la que, la por entonces trabajadora social de ALCER Cantabria - Laura Marcos - me propusiera participar en la mesa del Día Regional del Donante. Era el año 2015. Después han ido viniendo muchos más. Han sido muchos los compañeros y compañeras a quienes he tenido oportunidad de conocer y con quienes he podido compartir esta actividad: Paco, el asturiano, Begoña, Miguel, José Raba, Antonio, Rosa, Germán, Pablo, Gonzalo, Patricia, Ana y muchos más.

También han sido muchas las situaciones singulares que hemos vivido en estas mesas informativas. Recuerdo una de ellas con especial emoción. Estaba con Ana, de la asociación THEPACAN - pacientes y trasplantados hepáticos - y se acercó un señor para decirnos que estaba trasplantado de corazón desde hacía muchos años. Ahí estábamos los tres, cada uno con un trasplante - hepático, cardíaco y

renal - compartiendo experiencias comunes dentro de la diferencia de cada patología y órgano: el cuidado frente a la radiación solar, el ejercicio,...

El hecho de estar "de cara al público" en la calle da también para un nutrido anecdótico que puede arrancar más de una sonrisa. Como la del mismo día 30 de septiembre. Le ofrecía un díptico a un chico joven, diciéndole que era el Día Regional del Donante y que en el díptico tenía más información sobre la donación. El chico lo aceptó y se alejó unos pasos. En unos segundos volvió hacia atrás para preguntar si era la donación de sangre, y cuando le expliqué que no, que era de órganos, cambió su cara a una expresión de pánico y me devolvió el díptico diciendo "No, no, no, de órganos, no" como si hubiera visto al mismísimo diablo. Otras situaciones te exigen, en cambio, conocer el procedimiento de expresión de la voluntad de donar los órganos. Este fue el caso de una chica británica que me decía que ella no tenía familiares en España. ¿A quién consultarían su voluntad o no de donar?

Como decía antes, han sido ya muchos años y muchas mesas informativas, con la única interrupción del 2020 por la pandemia de COVID-19 y el Día Nacional del Donante de 2018 cuando me encontraba hospitalizado recuperándome de mi trasplante. En todas estas ocasiones me he encontrado perfiles de personas completamente diferentes. Por un lado están las personas que en alguna ocasión ya habían pensado hacerse donantes y que, cuando ven la mesa informativa en la calle no lo dudan, van directos a rellenar el impreso que recoge la voluntad de hacerse donante. En cambio, hay otro grupo de personas las cuales, cuando les hablas de la donación de órganos te dicen un "no" rotundo, y algunas de ellas, ni siquiera te dan pie a que les expliques

nada. Ante este grupo de personas siempre pienso para mis adentros qué puede haber detrás de esa actitud hacia la donación de órganos y qué podemos hacer. Lo primero que me viene a la cabeza es que a nadie nos gusta pensar en nuestro fallecimiento ni el de nuestros seres queridos. Esta puede ser una explicación, seguramente la más plausible. Otra explicación podría ser que estas personas consideren que este tipo de cosas no va con ellas. Espero realmente que no sea esta la razón pues estarían ante un grave error creyendo que pueden encontrarse a salvo de necesitar un trasplante. La vida es muy caprichosa y te cambia en un segundo. Un día puedes sentirte muy seguro con tu trabajo, tu familia y amigos, y al día siguiente una enfermedad o un traumatismo irrumpe y lanza todo por los aires.

Me gustaría finalizar esta reflexión con una explicación que repito muchas veces a las personas que rellenan la hojita de solicitud de su carnet de donante. El carnet no deja de ser un elemento simbólico de la voluntad de hacerse donante de órganos, que, en el momento del fallecimiento, el personal de la Coordinación de Trasplantes va a valorar positivamente a la hora de conocer la voluntad de la persona. Pero desde la Coordinación de Trasplantes siempre se va a consultar a la familia por la última voluntad de la persona antes de su fallecimiento. Por eso, siempre recomendamos, aunque como ya he dicho antes, a nadie nos gusta hablar ni pensar en el momento de nuestro fallecimiento, hablarlo con la familia, para que conozcan la voluntad de hacerse donantes de órganos. Así la familia conocerá perfectamente la voluntad y podrá comunicarla a la Coordinación de Trasplantes si fuese necesario.

Jesús Gómez Gandarillas
Presidente de ALCER Cantabria

Macarrones con nata, guisantes y jamón

Ingredientes (para 6 personas)

480 g de macarrones
 250 ml de nata de cocinar
 200 g de jamón cocido (sin sal ni fosfatos)
 200 g de guisantes en conserva
 100 g de cebolla
 75 g de queso rallado
 20 ml de aceite de oliva
 Nuez moscada y pimienta negra al gusto

Preparación

Lavar, trocear y congelar el día anterior la cebolla. El mismo día de la preparación se descongelará en abundante agua durante 3-4 horas. Así perderá parte del potasio que tiene la cebolla fresca.

Lavar y escurrir los guisantes en conserva, para retirar el exceso de sal (y por tanto de sodio) que tiene en la conserva.

Cortar el jamón en dados. En una sartén con un poco de aceite de oliva sofreímos la cebolla a fuego medio, agregamos el jamón picado y los guisantes. Removeremos todo durante unos dos minutos. Añadimos la nata, la nuez moscada y la pimienta negra, y dejamos reducir.

Mientras, hervimos la pasta en una olla con agua y aceite hasta que esté "al dente". Escurremos la pasta y la mezclamos con el resto de los ingredientes. Espolvoreamos el

Valores nutricionales (sin técnicas de reducción del contenido de sodio y potasio)

	6 raciones	Ración individual
Energía (kcal)	1780,8	445,2
Proteína (g)	95,6	24
Grasa total (g)	87,8	22
Hidratos de carbono (g)	151,5	38
Minerales:		
Sodio (mg)	2419	605
Potasio (mg)	1475,5	369
Fósforo (mg)	1581	395,2

queso por encima y servimos. Como se puede ver en la tabla de valores nutricionales, el contenido en sodio y potasio es alto, por lo que es importante realizar las técnicas indicadas para reducir su contenido en estos minerales.

Receta extraída del **Recetario**

para pacientes con insuficiencia renal crónica, de Noemí Martínez Hernando y Paula Nebot Meneu, en su segunda edición, editado por ALCER Castalia. Este libro, con más de 50 recetas, está disponible en ALCER Cantabria para quienes deseen adquirirlo.





Recortes de Prensa

FARMACIAS TRASPLANTES

Entre un 20 y un 54 % de los pacientes trasplantados abandonan el tratamiento

• Madrid, 8 may (EFE).- Entre un 20 y un 54 % de los pacientes trasplantados abandonan su tratamiento con el tiempo, sobre todo los más jóvenes, lo que constituye la principal causa de rechazo del órgano trasplantado, inquietud que ha llevado a farmacéuticos hospitalarios y comunitarios a aliarse con el fin de mejorar la adherencia.

<https://www.lavanguardia.com/vida/20230508/8950439/20-54-pacientes-trasplantados-abandonan-tratamiento.html>

El Congreso aprueba iniciar la tramitación de una proposición de ley para mejorar la protección de las personas donantes en vivo de órganos

📅 18/05/2023

El **Pleno del Congreso de los Diputados** ha acordado hoy iniciar la tramitación de la **Proposición de Ley para la mejora de la protección de las personas donantes en vivo de órganos para su posterior trasplante**, que tiene por objeto reconocer un conjunto de permisos retribuidos para aquellas situaciones ligadas con la donación en vivo que no están actualmente cubiertas. La toma en consideración de esta iniciativa del Grupo Socialista ha sido aprobada por 327 votos a favor, uno en contra y ninguna abstención.

La iniciativa plantea modificar el **Estatuto de los Trabajadores** y el **Estatuto Básico del Empleado Público**, para "articular un permiso retribuido por el tiempo indispensable para la asistencia a las sesiones de información, para la realización de los preceptivos informes y exámenes clínicos, incluida la exploración médica, previos a la determinación de idoneidad de los donantes vivos y de sus órganos, así como para la prestación del consentimiento, siempre que deba tener lugar dentro de la jornada de trabajo", cubriendo así aquellas ausencias necesarias que, "por no consistir en actos médicos, ni alcanzar en su duración toda la jornada médica, no queden cubiertas por la situación especial de incapacidad temporal".

https://www.congreso.es/es/notas-de-prensa?p_p_id=notasprensa&p_p_lifecycle=0&p_p_state=normal&p_p_mode=view¬asprensa_mvcPath=detalle¬asprensa_notaid=45269



<https://gacetamedica.com/con-rayos-x/el-trasplante-como-gran-liberacion-para-los-pacientes/>



<https://www.infosalus.com/salud-investigacion/noticia-realizan-atlas-mas-completo-rinon-humano-20230725070947.html>



Actividades del segundo cuatrimestre de 2023

DÍA NACIONAL DEL DONANTE 2023

El 7 de junio se celebró el Día Nacional del Donante, un evento que sirve para sensibilizar a la población general en favor de la donación de órganos y, también muy importante, agradecer a las personas donantes y sus familias la generosidad que han tenido tomando la valiente decisión de donar los órganos en un momento de tanto dolor. En esta ocasión se volvió a una de las ubicaciones anteriormente usadas para eventos organizados por ALGER Cantabria y que, a consecuencia de la pandemia por COVID-19 se dejó de utilizar: el hall de entrada a las consultas externas en Valdecialla Sur. Allí tuvimos la oportunidad de montar nuestra mesa informativa y aclarar las dudas e inquietudes que las personas que se acercaron tenían sobre la donación de órganos y cómo expresar la voluntad de hacerse donantes. Aprovechamos esta reseña para agradecer a

la gerencia del Hospital que nuevamente nos permitiera ubicarnos en esta transitada zona y así llegar a más personas.

DÍA MUNDIAL DEL CÁNCER RENAL 2023

El pasado 15 de junio se celebraba una nueva edición del Día Mundial del Cáncer Renal, evento que, como en años anteriores, intenta sensibilizar sobre la importancia que tiene hablar abiertamente de ello para las personas con esta terrible enfermedad y sus familias. En estas situaciones, el hecho de compartir las inquietudes y preocupaciones puede resultar beneficioso para la persona, contribuyendo no sólo a su mejor situación psicológica, sino también a una mejor calidad de vida, intentando que su vida no se centre en el cáncer de riñón, sino en las cosas que desea hacer. Esta campaña se realiza exclusivamente en lo que

Quando te diagnostican cáncer de riñón, los hospitales, las pruebas y los tratamientos se convierten en una gran parte de tu vida. Pero como dijo un paciente: "¿Quiero pasar todo el día preocupándome o quiero seguir con las cosas que quiero hacer?". Cualquiera que sea tu edad, cualquiera que sea tu etapa, hay cosas que cada paciente y cuidador puede hacer para ayudarte a mantener el bienestar físico y mental, controlar los efectos secundarios del tratamiento y llevar la mejor vida posible cuando se vive con cáncer de riñón.

Colaboradores:
Bristol Myers Squibb ONCE Pfizer IPSEN

se llama formato digital, esto es, mediante publicaciones en redes sociales de las entidades ALGER y en la web donde se amplía la información que se facilita.

TALLER DE MEMORIA 2023

En junio, los días 14, 21 y 28, tuvieron lugar las tres sesiones del taller de memoria que ALGER Cantabria organizaba en su sede. Este taller, realizado de la mano de nuestra psicóloga junior, Araceli, planteaba diferentes actividades para trabajar diversos aspectos de la memoria, la cual se ve alterada de forma negativa en las personas con enfermedad renal crónica. Araceli propuso unas actividades variadas y amenas con las que, sin apenas darse cuenta, las personas participantes trabajaban este aspecto tan importante en nuestro día a día. Las sesiones se desarrollaron en un ambiente muy agradable y cercano, sirviendo también como punto de encuentro e intercambio



de experiencias entre diferentes personas en distintos estadios de la enfermedad y tratamientos sustitutos.

CHARLA EN LA POBLACIÓN

El 26 de junio se impartió una charla sobre la discapacidad orgánica y la donación de órganos en el Centro Las Nieves de La Población con la colaboración del Excmo. Ayuntamiento de Campoo de Yuso y la Fundación Patronato Eurpeo de Mayores. En estas charlas se pretende visibilizar la enfermedad renal crónica y la discapacidad orgánica asociada, teniendo este tipo de discapacidad el hándicap de su carácter "invisible" frente a otras discapacidades, como por ejemplo, una física. En la sesión se habló sobre hábitos saludables y otros no tan saludables que pueden dar origen a la enfermedad renal crónica, destacando siempre en positivo que los hábitos saludables ayudan a prevenir enfermedades, no sólo la insuficiencia renal crónica. Apro-



actividades divulgativas sobre prevención de la enfermedad renal crónica y la donación de órganos.

TALLER DE NUTRICIÓN JULIO DE 2023

Sin apenas descanso tras el taller de memoria, realizamos los días 29 de junio, 6 y 13 de julio las respectivas sesiones de un taller de nutrición en la enfermedad renal crónica, impartido por Estela, nuestra nutricionista. En este taller se plantearon tres sesiones abarcando cada una de ellas una etapa concreta de la enfermedad renal y así que el taller resultara de utilidad para el mayor número de personas posible, La primera sesión se centró en la etapa de ERCA o enfermedad renal crónica avanzada, en la que se intenta con la alimentación, junto con otros factores, frenar la progresión de la enfermedad y mantener una calidad de vida adecuada. En esta sesión se explicaron aspectos relevante como la ingesta de los minerales sodio, potasio y fósforo,

y su relación con la calidad de vida y supervivencia en la persona con enfermedad renal. En la segunda sesión se abordó la etapa de hemodiálisis con su restricción de dieta y las recomendaciones para mantener un adecuado control sobre los mencionados minerales. En la última sesión se abordó la dieta en personas ya trasplantadas, que aunque se puede tener la sensación de que ya se permite comer de todo, conviene mantener una alimentación sana y equilibrada para alargar la vida del órgano trasplantado, incluyendo ciertas limitaciones.

Este taller tuvo un aspecto novedoso en cuanto que fue retransmitido en



Discapacidad orgánica: la donación de órganos, su mejor tratamiento.

Lunes, 26 de junio de 2023
Centro "Las Nieves" (La Población - Campoo de Yuso)
17:00 h · Entrada libre

Charla sobre la discapacidad orgánica, su prevención y cómo la donación de órganos proporciona su mejor (o único) tratamiento, con el testimonio de personas trasplantadas.

ORGANIZAN COLABORAN

Asociación para la Lucha Contra las Enfermedades del Riñón ALCEC Cantabria
Plaza Rubén Darío, s/n. Tel.: 942 27 60 61 - Fax: 942 27 23 48 - 39005 Santander
www.alcecantabria.org



directo mediante la plataforma Twitch. Si bien no tuvimos tantos seguidores como Ibai Llanos en sus transmisiones, fue una experiencia que nos pareció interesante para poder brindar a quienes no podían acudir a la sede que pudieran seguir las explicaciones de nuestra nutricionista.

DÍA REGIONAL DEL DONANTE DE ÓRGANOS

El pasado 30 de septiembre se ce-



Sábado, 30 de septiembre de 2023
DÍA REGIONAL DEL DONANTE DE ÓRGANOS
La vida, vívela
luego, dónala...

Mesas informativas de 11:00 a 14:00 en Santander, Torrelavega y Camargo

ORGANIZA COLABORAN

ALCER CANTABRIA GOBIERNO DE CANTABRIA GOBIERNO DE PASAJOS Y TURISMO GOBIERNO DE TURISMO SANTANDER EL DIARIO

Asociación para la Lucha Contra las Enfermedades del Riñón
www.alcercantabria.org
Plaza Rubén Darío, s/n - Tel: 942 27 60 61 - Fax: 942 27 23 40 - 39005 Santander

lebró una nueva edición del Día Regional del Donante de Órganos. En estas ocasiones tuvimos mesas informativas en Santander -en la plaza del Ayuntamiento-, Torrelavega - Plaza Mayor- y Camargo - en la Avenida de la Concordia, junto a la oficina de Unicaja Banco, con una importante afluencia de público que se acercaba a las mesas. Algunas personas ya venían con las ideas muy claras y la decisión de hacerse donantes tomada, otras en cambio tenían dudas las

cuales trataban de resolver nuestras personas voluntarias. En Camargo se contó con la asistencia del alcalde, D. Diego Movellán y la concejala de acción social, D^a Silvia del Castillo.

Para este evento han colaborado El Diario Montañés, como en años anteriores, y Cadena Feeling ayudando a la difusión del evento, lo cual agradecemos desde ALCER Cantabria.

Recortar por la línea de puntos, enviarla a la dirección de ALCER CANTABRIA y recibirá tu tarjeta de donante.

YO _____

Deseo ser Donante de Órganos

Y hago donación de mis órganos y tejidos, por propia voluntad, para que puedan ser trasplantados a otras personas después de mi fallecimiento.

D.N.I. _____ FECHA DE NACIMIENTO _____ FECHA SOLICITUD _____

DOMICILIO _____ POBLACIÓN _____

PROVINCIA _____ C.P. _____ TLFNO _____

Testigo D.N.I.

Testigo D.N.I.

Firma

Firma

Firma del donante

LAS PERSONAS MAYORES DE EDAD NO NECESITAN TESTIGOS

¿Conoce todo lo que le ofrece ALCER Cantabria?



¿Quiénes somos?

Somos la Asociación para la Lucha Contra las Enfermedades del Riñón ALCER Cantabria. Nuestra Asociación se formó hace más de 40 años, en 1978 con el objetivo de defender los derechos y mejorar la calidad de vida de las personas con enfermedad renal y sus familias.

¿Padece insuficiencia renal? Conozca nuestros servicios.

Da igual en qué estadio de la enfermedad se encuentre: ERCA, tratamiento renal sustitutivo o tratamiento conservador. Desde ALCER Cantabria ofrecemos diversos servicios **para mejorar la calidad de vida de la persona con enfermedad renal** y de sus familiares: trabajadora social, psicóloga y nutricionista.

¿Y cuánto me va a costar?

Nada, para la persona usuaria es un servicio gratuito gracias a las entidades que colaboran con ALCER Cantabria.

¿Cuándo y dónde me pueden atender?

ALCER Cantabria pone a su disposición las profesionales indicadas **en el propio Servicio de Nefrología** del Hospital Universitario Marqués de Valdecilla (Planta 1ª del Edificio 2 de Noviembre/Torre A). Para facilitar una primera consulta, ofrecemos un calendario con fechas y horarios en los cuales las respectivas profesionales estarán a su disposición.

Calendario Cuarto Trimestre 2023

	Trabajadora social	Psicóloga sanitaria	Nutricionista
Octubre	Miércoles 25 de 15:30 a 17:30 h	Jueves 19 de 16:30 a 18:30 h	Miércoles 25 de 16:00 a 18:00 h
Noviembre	Miércoles 22 de 15:30 a 17:30 h	Jueves 16 de 15:00 a 17:00 h	Miércoles 22 de 16:00 a 18:00 h
Diciembre	Miércoles 13 de 15:30 a 17:30 h	Jueves 14 de 15:00 a 17:00 h	Miércoles 20 de 16:00 a 18:00 h

¿Qué debo hacer para beneficiarme de este servicio?

Para una mejor organización, únicamente rogamos que nos llamen previamente al **617 93 14 22** para informarnos de la fecha en la que desea acudir. Si decide continuar con la atención, **Usted acordará la siguiente cita con la profesional** correspondiente.

Anímese y acuda a una primera consulta.



Gestión de plazas de diálisis vacacional

Cuando una persona comienza con un tratamiento renal sustitutivo a veces puede pensar, entre otras cosas, que no va a poder viajar más, pero lo cierto es que, siempre que no sea contraproducente para su estado de salud bajo criterio médico, puede desplazarse a distintos destinos.

Una de las preguntas más comunes y que mayor preocupación puede causar es la de: "¿no es mucho lío?" Pues lo cierto es que no, o por lo menos no para vosotros/as. La idea de este artículo es informar en términos generales sobre el procedimiento de la solicitud de la plaza de diálisis vacacional. Para poder informar de forma adecuada y comprensible, vamos a proporcionar una serie de indicaciones previas para tener en cuenta.

Consejos para el viaje

Es necesario conocer el destino, la zona donde tenéis previsto alojarnos y las fechas exactas del desplazamiento. Para hacer la solicitud del desplazamiento es ideal con 2 meses de antelación a la fecha del viaje. Os recomendamos realizar una reserva con posibilidad de cancelación gratuita en el destino previsto, ya que no siempre tiene por qué haber disponibilidad de plaza de diálisis en el centro u hospital del lugar de destino. A continuación, otras preguntas suelen ser frecuentes:

¿Cómo presentar la solicitud?

Se puede hacer mediante llamada telefónica, WhatsApp o correo electrónico. A continuación os dejamos el contacto de cada cual:

617 93 14 22

trabajosocial@alcercantabria.org

¿Qué documentos personales tengo que aportar?

En principio las clínicas u hospitales de destino suelen solicitar varios documentos. Lo único de lo que os tenéis que preocupar es de enviarnos:

- DNI
- Tarjeta sanitaria
- Certificado de vacunación COVID-19, si procede.

¿A qué centro de diálisis u hospital iré?

Por lo general depende de la zona en la que vayáis a residir durante vuestra estancia, es decir, el criterio que utilizan en la Comunidad Autónoma de destino es el de cer-

Además, el horario suele ser lo último que se conoce, por lo que en ocasiones igual no nos informan del turno de forma definitiva hasta días antes de la fecha.

¿Cuánto suelen tardar en dar una respuesta?

La media de respuesta suele ser de 2 semanas aproximadamente desde que hacemos la petición oficial a la Unidad de Diálisis correspondiente. Hay determinados lugares de destino que pueden tardar más en dar una respuesta por motivos ajenos a nosotros.

¿Necesito hacerme alguna prueba en concreto?

En la mayoría de los centros de diálisis u hospitales requieren una prueba de antígenos negativa rea-

lizada por el personal sanitario, esta prueba debe ser acreditada y firmada por personal médico.

La prueba se suele hacer 48 horas (2 días) antes de la primera diálisis en el centro de destino. Este requisito puede variar en función de las normas de cada centro.



canía.

¿Qué turno me tocará?

El turno no tiene por qué coincidir con el que realizáis en vuestro centro de diálisis habitual o el que solicitéis, aunque siempre se indicarán en la solicitud las preferencias de cada persona.

Normalmente la asignación depende de motivos de organización en la Unidad de Diálisis de destino.

Por último, si bien es cierto que se requieren otras pruebas y documentos, no tenéis que preocuparos, ya que se gestiona todo desde ALCER Cantabria.

Si surge alguna otra pregunta, no dudéis en contactar con nosotras.

Marta Bentureira Jiménez

Trabajadora social
ALCER Cantabria

Tanto si estás...



en hemodiálisis,

en peritoneal,



trasplantado/a,



o en ERCA,

desde  te ofrecemos

de forma gratuita:

- atención social
- atención psicológica
- atención nutricional

Llama al 617 93 14 22 (Marta)

También para familiares/cuidadores



AVANCE ACTIVIDADES DEL TERCER CUATRIMESTRE DE 2023

LOTERÍA DE NAVIDAD 2023

Ya tenemos a la venta lotería de Navidad del número 77393. Los puntos de venta son:

Santander

- Sede de la Asociación ALCEC CANTABRIA. Plaza Rubén Darío s/n
- Hospital Marqués de Valdecilla (Laboratorio de Nefrología)
- Farmacia Asunción Gobantes. C/ Marqués de la Hermida, 24
- Herbolario Laurel. c/ Vargas, 15

Torrelavega

- Frutas Barquín c/ General Castañeda, 4

Muriedas

- Farmacia Gema Calderón. Avda. Bilbao 95 Muriedas

Maoño

- Belleza Macu. Alto San Mateo, 16

**NECESITAMOS
VOLUNTARIOS PARA
APOYAR NUESTRAS
ACTIVIDADES, SI DESEA
COLABORAR LLAMAR
A LA ASOCIACIÓN**



SEDE DE LA ASOCIACIÓN: PLAZA RUBÉN DARÍO S/N - 39005 SANTANDER - TELÉFONO 942 276 061

SOLICITUD DE INSCRIPCIÓN DE SOCIO

Nombre		Apellidos			
<input type="text"/>		<input type="text"/>			
D.N.I.	Fecha de nacimiento	E-MAIL	Teléfono		
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>		
DOMICILIO		CÓDIGO POSTAL			
<input type="text"/>		<input type="text"/>			
LOCALIDAD		PROVINCIA			
<input type="text"/>		<input type="text"/>			
Solicito mi inscripción como socio con la siguiente cuota:					
CUOTA ANUAL 40 Euros	Entidad	Oficina	D.C.	Nº Cuenta	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	
OTRA CUOTA	IBAN:				
<input type="text"/>	<input type="text"/>				
<input type="checkbox"/>	SOCIO AFECTADO	<input type="checkbox"/>	SOCIO COLABORADOR		

Conforme a la normativa vigente, y garantizándole la protección de los datos personales recogidos en esta solicitud y facilitados por usted, éstos serán incorporados en un fichero que ALCEC Cantabria mantiene con la finalidad de gestionar la relación de socios, sus comunicaciones y la prestación de servicios por parte de los profesionales que colaboran con la Asociación. En caso de que se oponga a esta finalidad, escriba **NO** en las siguientes autorizaciones, si está de acuerdo escriba **SI**.

_____consiento que mis datos personales figuren incorporados en el fichero que ALCEC Cantabria mantiene con finalidades de gestión y comunicación.

_____consiento que mis datos personales sean cedidos por ALCEC Cantabria a los profesionales que prestan servicios a la Asociación.

Le rogamos que, en el caso de producirse alguna modificación de sus datos, nos lo comunique con la finalidad de mantener su información actualizada.

En cualquier caso, tiene derecho en cualquier momento a acceder, rectificar, opositar, o cancelar los datos referentes a su persona, incluidos en nuestro fichero por escrito dirigiéndose a ALCEC Cantabria con domicilio en Plaza Rubén Darío S/N de Santander o en el correo info@alceccantabria.org

Firma del interesado

En Santander a de de

cardiva®

942 314 517 | www.sacoutil.com   



EL SACO ÚTIL
Gestión Integral de Residuos



**RECOGIDA DE RESIDUOS
PELIGROSOS Y NO PELIGROSOS** 



Administración y Gestión de Fincas
Peritaciones Judiciales

C/. Amós de Escalante nº 4, 4º-F Tfn./Fax. 942 219 781
39002 Santander (Cantabria) administracion@scfincas.com
www.scfincas.com



Pol. Ind. de Heras - Parcela 304
39792 HERAS (Cantabria)
Telf.: 942 526 251 - Fax 942 526 281
www.queserialafuente.com



TÉCNICOS CONSTRUCTORES SANTANDER, S.A.

TECOSAN

OBRAS Y PROYECTOS



C/Menéndez Pelayo, 60 - 1º Dcha. | 39006 Santander
Telf.: 942 27 44 00 - Fax: 942 27 44 12
www.tecosan.es | tecosan@tecosan.es

 **Petus**
*Arte, Lujo y Exclusividad
en tu mano*

www.petusboligrafos.com


PALSAN
SAN MARTÍN TORAYA, S.L.U.
PVC y ALUMINIO



B.º Otero, s/n - Polígono Industrial - 39100 SANTA CRUZ DE BEZANA (Cantabria)
Teléfono 942 581 026 - Fax 942 581 014 - e-mail: info@palsan.es

