



ASPACACOR

ASOCIACIÓN DE PACIENTES
CARDÍACOS DE CÓRDOBA
Y PROVINCIA

Alianza que cuidan vidas

Programa de **colaboración empresarial.**
Asociación de Pacientes de Córdoba y Provincia



Después del alta empieza la parte más difícil

70% de la recuperación ocurre fuera del hospital. Ahí trabaja ASPACACOR

- ★ **434 asociados, 183** mujeres, **251** hombres
- ★ **283** personas alcanzadas a través de actividades, jornadas y acciones de sensibilización
- ★ **10** actividades formativas y psicosociales desarrolladas a lo largo del año
- ★ **185** participantes directos en talleres y programas de intervención
- ★ **98** asistentes a las VI Jornadas de Prevención Cardiovascular
- ★ **20** Pacientes Expertos formados, de los cuales **9 son mujeres (45 %)**, promoviendo la autonomía, el autocuidado y el liderazgo femenino en salud cardiovascular.
- ★ Satisfacción media de **9,5** sobre **10** en las actividades evaluadas

Estos datos reflejan el alcance y la utilidad social de las actuaciones desarrolladas, así como el alto grado de valoración por parte de las personas participantes.

Carta de presentación



Estimado/a Empresario:

Las enfermedades cardiovasculares siguen siendo, a día de hoy, la principal causa de mortalidad en nuestra sociedad. Sin embargo, detrás de las estadísticas hay rostros, familias y un desafío que comienza justo cuando se apagan las luces del hospital: el regreso a casa.

Tras el alta hospitalaria es cuando empieza la verdadera recuperación. Es el momento en que el paciente se enfrenta a sus miedos, a la necesidad de cambiar hábitos de vida y a la incertidumbre del futuro. En ASPACACOR, nacimos con la misión de que nadie recorra ese camino en soledad. Acompañamos a pacientes y familiares en esta etapa crítica, trabajando directamente sobre tres pilares fundamentales: la adherencia al tratamiento, la autonomía personal y la calidad de vida. Nuestra labor no solo beneficia al individuo; fortalece la salud comunitaria y alivia la carga del sistema sanitario. Pero para que este impacto sea real y sostenible, necesitamos aliados que compartan nuestro compromiso con la vida.

Por ello, le presento nuestro Dossier de Fundraising. En sus páginas encontrará proyectos concretos que buscan transformar la realidad de muchas personas en nuestra región. Invitamos a su empresa a formar parte de este propósito, integrando su marca en una causa que genera un bienestar tangible y una mejora real en la salud de nuestro entorno.

No solo estamos pidiendo una colaboración económica; estamos ofreciendo la oportunidad de ser protagonistas de la recuperación y el latido de nuestra comunidad.

Quedo a su entera disposición para mantener una reunión y explorar cómo podemos caminar juntos en esta alianza por el corazón.

Atentamente,

Alfonso Otero Jiménez

Presidente de ASPACACOR

Quiénes somos - ASPACACOR

Misión:

Trabajamos para mejorar la calidad de vida de personas con enfermedades cardiovasculares, sus familias y allegados mediante apoyo integral y perspectiva de género. Promovemos prevención, rehabilitación cardíaca e investigación para una atención más humana y eficaz, reduciendo desigualdades en salud cardíaca

Enfoque:

- Atención centrada en la persona
- Prevención y educación
- Perspectiva de género
- Comunidad y acompañamiento

Equipo:

- Voluntariado comprometido
- Red de colaboradores
- Profesionales sanitarios

Valor diferencial:

- Intervención en periodo vulnerable
- Resultados medibles
- Oportunidad de inversión social

Proceso social:

1. Detección de necesidades
2. Planificación de programas
3. Implementación
4. Participación comunitaria
5. Evaluación y mejora
6. Difusión y comunicación

El problema social

Miedo

Ansiedad

Abandono tratamiento

Sedentarismo

Soledad

El hospital salva la vida. La recuperación ocurre en la vida diaria.



Impacto ASPACACOR



Necesidad Intervención
Cambio



Ansiedad Acompañamiento
Seguridad



Sedentarismo Ejercicio
Autonomía



Desinformación Educación
Autocuidado



Programas

♥ **Recuperar la vida:** Después de un evento cardiovascular, comienza una etapa decisiva y, a menudo, invisible: la vuelta a la vida cotidiana. “Recuperar la vida” nace para acompañar a las personas en ese proceso, ofreciéndoles herramientas, apoyo y confianza para afrontar el cambio, recuperar su autonomía y construir un nuevo estilo de vida más saludable. Porque no se trata solo de sobrevivir, sino de volver a vivir con calidad, seguridad y bienestar.



Centrado en el momento más vulnerable: después del alta

👩 **Mujer y corazón.** Las enfermedades cardiovasculares también son cosa de mujeres, aunque durante años hayan sido invisibilizadas o infradiagnosticadas. “Mujer y corazón” nace para dar respuesta a esta realidad, incorporando la perspectiva de género en la prevención, el diagnóstico y la recuperación. Un programa que informa acompaña y empodera a las mujeres para que conozcan su riesgo, escuchen su cuerpo y cuiden su salud cardiovascular con mayor conciencia y seguridad.



Programa específico con perspectiva de género.

💛 **Corazones prevenidos.** Cuidar el corazón empieza mucho antes de que aparezca la enfermedad. “Corazones prevenidos” impulsa la educación y la sensibilización para fomentar hábitos de vida saludables y una mayor conciencia sobre el riesgo cardiovascular. A través de la información y la participación comunitaria, trabajamos para que la prevención sea una herramienta accesible, capaz de salvar vidas y construir una sociedad más saludable.



**Prevención = reducción de costes sanitarios
futuros**

Programas detallados

Programa detallado 1: Recuperar la vida

Problema

Tras el alta hospitalaria, los pacientes:

- Se sienten desorientados y vulnerables
- Tienen dificultades para cambiar hábitos
- Presentan baja adherencia al tratamiento
- Carecen de apoyo emocional estructurado

Qué hacemos

- Talleres de educación sanitaria
- Programa de Paciente Experto
- Grupos de apoyo psicológico
- Acompañamiento entre iguales
- Formación en autocuidado y prevención secundaria

Qué cambia

- ↑ Adherencia al tratamiento
- ↑ Autonomía del paciente
- ↓ Reingresos hospitalarios
- ↑ Bienestar emocional
- ↑ calidad de vida

★ El paciente pasa de ser pasivo a protagonista de su salud

Coste financiable

- Talleres y materiales: 2.500 €/año
- Atención psicológica: 3.000 €/año
- Formación pacientes expertos: 1.200 €/año

 **Total programa: 6.700 €/año**

Programa detallado 2: Mujer y corazón

Problema

Las enfermedades cardiovasculares en mujeres:

- Están infradiagnosticadas
- Presentan síntomas diferentes a los hombres
- Tienen menor percepción de riesgo
- Sufren desigualdades en diagnóstico, tratamiento y recuperación

Además:

- Las mujeres asumen con mayor frecuencia roles de cuidado
- Priorizan la salud de otros frente a la propia
- Existe menor acceso a programas adaptados a sus necesidades

★ Resultado: mayor riesgo y peor recuperación en muchos casos

Qué hacemos

- Talleres específicos de salud cardiovascular en la mujer
- Sesiones de sensibilización sobre síntomas y factores de riesgo
- Espacios de apoyo emocional y grupos de mujeres
- Formación en autocuidado y hábitos saludables
- Promoción del liderazgo femenino a través de Pacientes Expertas

Qué cambia

- ↑ Conocimiento del riesgo cardiovascular en mujeres
- ↑ Detección precoz de síntomas
- ↑ Autonomía y autocuidado
- ↑ Participación activa en su salud
- ↓ Desigualdades en salud cardiovascular

★ Mujeres más informadas, empoderadas y protegidas

Coste financiero

- Talleres y sesiones específicas: 2.000 €/año
- Materiales y campañas de sensibilización: 1.000 €/año
- Grupos de apoyo y acompañamiento: 1.000 €/año

💰 **Total programa: 4.000 €/año**

Programa detallado 3: Corazones prevenidos

Problema

- Falta de cultura preventiva en la población
- Bajo conocimiento de síntomas y riesgos
- Escasa formación en RCP
- Desigualdad territorial en acceso a recursos

Qué hacemos

- Charlas comunitarias
- Jornadas anuales (Día Mundial del Corazón)
- Formación en RCP y DESA
- Mapeo de espacios cardioprottegidos
- Campañas de sensibilización ("Cada minuto cuenta")

Qué cambia

- ↑ Conocimiento en salud cardiovascular
- ↑ Capacidad de respuesta ante emergencias
- ↑ Participación comunitaria
- ↓ mortalidad evitable
- ↑ territorios cardioprottegidos

Coste financiable

- Formación y talleres: 2.000 €/año
- Campañas y materiales: 1.500 €/año
- Desarrollo digital (mapa/web): 1.500 €

 **Total programa: 5.000 €/año aprox.**

Modalidades de colaboración

Empresa Colaboradora

Aportación anual: desde 1.000 €

Beneficios:

- Apoyo a actividades puntuales
- Logo en nuestra web y redes
- Certificado de colaboración

Compromiso inicial con un impacto visible

Patrocinador PLATA (≥ 2.000 €/año)

Beneficios:

- Logo en materiales gráficos y web.
- Menció n en redes sociales.
- Inclusi3n en memoria anual.
- Certificado de colaboraci3n.

Invierta en salud real y visibilidad local

Patrocinador ORO (≥ 5.000 €/año)

Beneficios:

- Logo destacado en eventos y campa ñas principales.
- Presencia preferente en web y materiales oficiales.
- Menció n en ruedas de prensa y actos institucionales.
- Informe anual personalizado de impacto.
- Certificado oficial de patrocinio.

Alianza estrat3gica para la comunidad cardíaca

Colaboraci3n en Especie (Pro-Bono)

Aceptamos colaboraciones mediante servicios profesionales, cesi3n de espacios, material deportivo o sanitario, soporte tecnol3gico o comunicaci3n. El valor econ3mico ser3 reflejado en el informe anual de impacto.

“Invertir en prevenci3n es invertir en futuro.”

Propuesta de valor: ¿Por qué invertir en ASPACACOR?

Impacto social directo

- Mejora de calidad de vida
- Prevención de recaídas
- Reducción de desigualdades

Impacto sanitario

- Menor presión asistencial
- Mejora de adherencia
- Reducción de costes

Impacto corporativo

- Refuerzo de marca (ESG)
- Reputación social
- Vinculación con salud y bienestar



Alineación con Objetivos de Desarrollo Sostenible

- ODS 3: Salud y bienestar
- ODS 5: Igualdad de género
- ODS 10: Reducción de desigualdades

Cada año, cientos de personas en Córdoba sobreviven a una enfermedad cardiovascular.

Pero sobrevivir no es recuperarse.

👉 La recuperación necesita apoyo, educación y comunidad.

Con su ayuda:

- Llegaremos a más personas
- Reduciremos recaídas
- Salvaremos vidas más allá del hospital

💙 **Conviértase en una empresa cardiorresponsable.**

ASPACACOR

Asociación de Pacientes Cardíacos de Córdoba y
Provincia

<https://farca.es/aspacacor/>
aspacacor@gmail.com

Redes sociales:

 Facebook: <https://www.facebook.com/profile.php?id=100009246251245>

 Instagram: <https://www.instagram.com/aspacacor/?hl=es-es>

 Spotify: https://open.spotify.com/episode/3EqeVaucmZWDbVAje21o8G?si=yuSDulyDSIO2FAaALo_g5g

Libertador José Gervasio Artigas, s/n. Edif. Centro Guadalquivir.

14013 - Córdoba

Teléfono: 613653652

