

# PLAN ESTRATÉGICO 2023



ASOCIACIÓN  
RED NACIONAL  
DE INFÉRTILES

## 01

# QUÉ ES RED INFÉRTILES



**Red Infértiles** es la asociación nacional de pacientes con infertilidad y/o en Reproducción Asistida en España creada en 2014.

Con un censo de más de 2.700 asociadas, nuestro objetivo principal es **visibilizar la infertilidad** como enfermedad y acompañar a los pacientes en este camino, dando apoyo, cariño y comprensión.

## NUESTROS OBJETIVOS

A pesar de que cada año se llevan a cabo en España más de 140.000 tratamientos de reproducción y de que actualmente el 9% de los niños nacen gracias a la medicina reproductiva, los problemas de fertilidad siguen siendo un tema tabú en nuestra sociedad.

En RNI:

- Acompañamos a los pacientes en su proceso reproductivo
- Visibilizamos la infertilidad como un problema de salud
- Educamos a la sociedad sobre cómo actuar ante la infertilidad
- Trabajamos para mejorar la atención de las clínicas de RA

# 02

## JUNTA DIRECTIVA

---

- **Helena Fernández**  
Presidenta
- **Laura Segura**  
Vicepresidenta
- **Josefa Alcaina**  
Secretaria y Tesorera

## REDES A LAS QUE PERTENECEMOS

---



# 03 ACTIVIDADES 2023

## SENSIBILIZACIÓN Y COMUNICACIÓN

“Uno de nuestros grandes objetivos como asociación de pacientes es la divulgación y la visibilización de la infertilidad. Red Nacional de Infértiles tiene más de 25.000 seguidores entre todas sus redes sociales y canales corporativos

”

Las Redes Sociales y nuestros canales corporativos son una herramienta muy valiosa para impulsar y generar visibilidad y conocimiento de la asociación. Aprovechamos todas las ventajas que nos ofrece este medio para:

- Comunicarnos con los pacientes y con la sociedad en general
- Mantener informados sobre todas las actividades y beneficios de la organización (con información de la asociación, noticias, novedades, descargables, descuentos...)
- Dar a conocer nuestro proyecto
- Concienciar sobre la infertilidad
- Incidir en políticas públicas



# 03 ACTIVIDADES 2023

## EL CAFÉ DE LOS SUEÑOS

El Café de los Sueños son encuentros organizados por la asociación con la finalidad de reunir a personas que están sufriendo infertilidad o que la han sufrido para que puedan charlar, debatir y desahogarse libremente y encontrar un momento de paz.



## ASESORAMIENTO LEGAL

En la Asociación contamos con un servicio de consulta jurídica para que nuestras asociadas puedan resolver sus dudas legales relacionadas con la reproducción humana, ley de Reproducción Asistida, etc.

# 03 ACTIVIDADES 2023

## ACOMPAÑAMIENTO PSICOLÓGICO

En la asociación creemos que el acompañamiento psicológico es fundamental. Por ello, ofrecemos a nuestras asociadas esta posibilidad de forma totalmente gratuita. Además, trabajamos activamente para conseguir que sea un servicio gratuito ofrecido por las clínicas privadas y públicas.

## GRUPO DE APOYO

Se trata de un grupo secreto organizado por la asociación a través de Facebook, que solo pueden encontrar aquellos que reciban una invitación por parte de la asociación para garantizar la máxima discreción.

A través de este grupo, nuestras asociadas se apoyan entre ellas, expresa sus sentimientos y comparte sus dudas e inquietudes.

## TUTORA EMOCIONAL

En RNI tenemos claro que nadie entiende mejor a una guerrera que otra guerrera. Por eso, desde la asociación asignamos a aquellas asociadas que lo deseen una tutora que la acompañe en este camino. Se trata de otra guerrera que, al igual que ella, ha pasado por el mismo proceso y conoce a la perfección lo que se vive y se siente.

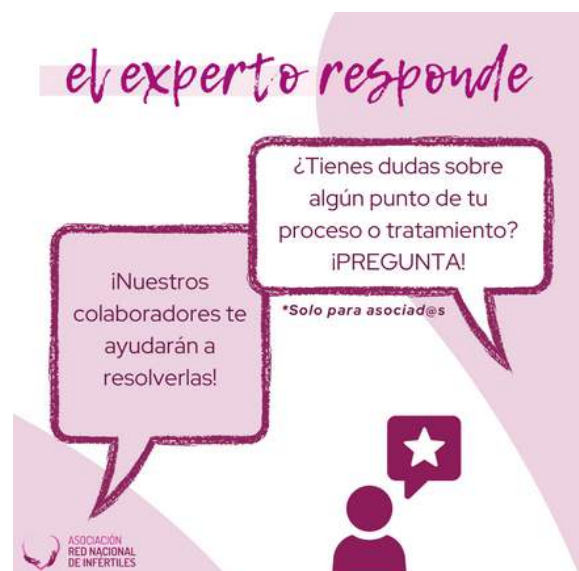
# 03 ACTIVIDADES 2023

## EL EXPERTO RESPONDE

El experto responde es un consultorio online que se puede realizar a través de nuestra web, que permite a las clínicas entrar en contacto con asociadas que necesitan una aclaración sobre su caso o una segunda opinión.

## EL PODCAST DE RED INFÉRTILES

Iniciamos nuestra tercera temporada con el objetivo de divulgar e informar sobre esta enfermedad y llegar a las máximas personas posibles. Para ello, la asociación sube un capítulo al mes tratando diferentes temas relacionados con la infertilidad, invitando a pacientes y a diferentes profesionales del sector: médicos, psicólogos, nutricionistas...



# 03 ACTIVIDADES 2023

**LIVE**

**DRA. ANA PÉREZ-ALZUETA**  
Ginecóloga especialista en Reproducción Asistida  
Fertilab Barcelona

**EL CICLO NATURAL**

*Live con:* **DR. BORJA MARQUÈS**  
Director de Institut Marquès

**RONDA ABIERTA DE PREGUNTAS**  
12 julio 2023 - 18:00 h.  
Instagram @redinfertiles

ASOCIACIÓN RED NACIONAL DE INFERTILES

Con la participación de la clínica: Institut Marquès

## WEBINARS. IG LIVE

Realizamos sesiones en streaming en las que un experto resuelve cualquier duda médica que planteen las pacientes (asociadas o no asociadas) referente a problemas de fertilidad. Algunos profesionales que han colaborado con nosotras en 2022 son:

- Dr. Sergio Rogel. IVF-Life Alicante
- Dr. Borja Marquès. Institut Marquèsin
- Dra. Ana Pérez-Alzueta. Fertilab
- Dra. Ruth Romero. Instituto Bernabeu
- Dr. Juan Manuel Jiménez. Ginemed



# 03 ACTIVIDADES 2023

## LECTURAS CON ALMA

Lecturas con alma es un espacio para aquellas autoras que utilizan el arte y las letras para visibilizar la infertilidad y derribar los tabús en torno a ella.

Invitamos a autoras a narrar algún relato o capítulo de su obra dedicada a la infertilidad o a la Reproducción Asistida con el fin de compartirlo con nuestros seguidores a través de redes sociales.

## HISTORIAS CON ALMA

Historias con alma empieza como un proyecto para aquellas personas que quieren compartir su historia para que el resto vea que no están solas. Utilizan su experiencia para ayudar y apoyar a todo aquél que necesite escuchar. También nos sirve para seguir visibilizando la infertilidad y derribar los tabús en torno a ella.

Está invitada cualquier persona que quiera participar, consiste en grabar un vídeo en el que aparezca contando su historia y nosotras lo compartimos a través de redes sociales.

# 03 ACTIVIDADES 2023

## 12 MESES, 12 CAUSAS


12 meses, 12 causas es una campaña de divulgación creada por la asociación para explicar tratamientos, pruebas, conceptos, emociones y sentimientos importantes relacionados con la infertilidad y la Reproducción Asistida. Cada año, una temática diferente.


¿Qué hay que hacer para empezar este camino?

**PRUEBAS BÁSICAS**

Todo diagnóstico y tratamiento debe ser individual y personal para cada pareja o paciente.

**HISTORIA CLÍNICA.**  
  
 NORMALIDAD ANATÓMICA DEL ÚTERO Y TROMPAS DE FALOPIO.  
 Ecografía transvaginal e histerosalpingografía dependiendo del caso.

**ANÁLISIS DE CALIDAD SEMINAL.**  
 El seminograma determinará si hacer pruebas más avanzadas.  


**CALIDAD DE LA OVULACIÓN.**  
 Historia menstrual.  
 Ecografía.  
 Analíticas Hormonales FSH Estradiol. LH.  


**MARCADORES INFECCIOSOS.**  
 Hepatitis B y C.  
 VIH.  
 Sífilis.  
 Analítica general.  


No dudes en preguntar a tu médico o profesional.

Bibliografía: "Saber más sobre Fertilidad y RA". SEF.

Las **RELACIONES PROGRAMADAS o COITOS DIRIGIDOS**, son los que se realizan bajo supervisión y control médicos.

Se puede estimular la función ovárica con medicación para mejorar el endometrio e inducir ovulación. Se ajusta el tratamiento con controles ecográficos.

El varón ha de estar en abstinencia total los 3 días previos al día de la ovulación.

Alrededor del día 14 del ciclo se administra una única inyección para desencadenar la maduración folicular final. Tras las relaciones programadas se ayuda a la implantación embrionaria con progesterona.

Confía en los profesionales, acude a tu médico.

**ASOCIACIÓN RED NACIONAL DE INFERTILES**

Bibliografía: "Técnicas RA" Sanitas; "Relaciones sexuales programadas, una sencilla primera posibilidad" Instituto Bernabéu.

# 03 ACTIVIDADES 2023

## NO ME DIGAS QUE...

No me digas que... es una campaña de concienciación creada por la asociación para sensibilizar a la población sobre la importancia de empatizar con los pacientes de infertilidad y evitar la presión y la carga añadida de dolor que suponen las frases hechas y la incomprensión.



# 03 ACTIVIDADES 2023



## ESPEJITO VIAJERO

El Espejito Viajero es un concurso de fotos realizado a través de Instagram que llevamos a cabo durante los meses de verano.

El concurso consiste en hacer una foto del espejo de Red Infértiles o de la bolsa de guerrera de la asociación en aquellos rincones inspiradores, relajantes o enérgicos que visiten nuestras asociadas durante el verano. La foto más votada por nuestras asociadas recibe un regalo muy especial.

El objetivo del concurso es hacer viajar nuestro espejo, símbolo de fuerza y empatía por todo el mundo para llegar a todas aquellas personas que puedan sentirse solas en su lucha.



# 03 ACTIVIDADES 2023

## AMIGO INVISIBLE INFÉRTIL

Durante las navidades llevamos a cabo nuestro 'Amigo Invisible Infértil'.

Un juego organizado por la asociación donde aquellas asociadas que lo deseen pueden participar haciendo un regalo a otra asociada asignada previamente sin que esta sepa quien se lo ha hecho.

## LOTERÍA DE NAVIDAD

Como todos los años, la Asociación comparte con sus asociadas su número de la Lotería de Navidad para quien quiera adquirirlo por su cuenta a través de las Administraciones de lotería del Estado pueda hacerlo.



La Natividad.



# 03 ACTIVIDADES 2023

## LIVE NAVIDAD

La Navidad puede ser el momento más difícil del año para cualquier persona que esté pasando por un tratamiento de infertilidad debido a que son fiestas con unos patrones muy marcados a nivel social y familiar.

En 2022 realizamos una charla en directo con Nagore Uriarte, psicóloga sanitaria especialista en Reproducción Asistida para hablar sobre diferentes situaciones y estrategias para gestionar mejor nuestras emociones durante estas fechas.



# 03 ACTIVIDADES 2023

## MAPA DE LA INFERTILIDAD



### ¿QUÉ ES?

Con la finalidad de dar un paso más en la visibilidad de nuestro colectivo, hemos creado junto a Fenomatch el primer mapa de la infertilidad de España donde aquellas personas que se hayan enfrentado en algún momento de su vida a ella, y que lo deseen, pueden geolocalizarse de manera anónima poniendo su corazón en el mapa.

Además, a través de este mapa, las personas que lo deseen podrán interactuar con otros corazones logueándose en la web.

# 03 ACTIVIDADES 2023

## COMANDO M

### ¿QUÉ ES COMANDO M?

Comando M es un grupo organizado por RNI muy solicitado por nuestras asociadas.

Cuando una mujer consigue su sueño, entra a formar parte de este grupo de ayuda a otras asociadas que siguen transitando el camino de la infertilidad.

Como siempre nos dicen, "ayudar nos cura el alma"

Formar parte del Comando M es muy sencillo y además, viene con muchas sorpresitas...





# 03 ACTIVIDADES 2023

## CON LA [IN]FERTILIDAD EN LA MOCHILA

El proyecto Infertilidad en la mochila nace debido a que la mayoría de actividades se encuentran prácticamente enfocadas a la prevención de enfermedades de transmisión sexual y embarazos no deseados, dando por supuesta la capacidad de tener hijos.

Red Nacional de Infértiles en colaboración con un experto en Reproducción Asistida por ciudad, nos pondremos la mochila y viajaremos para fomentar la prevención de la infertilidad y la promoción de conductas saludables de la enfermedad a través de charlas en las aulas de 1º de bachillerato y FP de institutos de toda España.



# 03 ACTIVIDADES 2023

## COGE NUESTRA MANO

El duelo perinatal hace referencial al grave proceso psicológico desencadenado por la pérdida del hijo/a en periodo perinatal. Una pérdida que ocasiona un difícil manejo de las emociones y un reajuste psicológico por parte de los padres que, sin embargo, tiene una escasa consideración en la sociedad.

Nuestro objetivo como asociación es la sensibilización y trabajo para la mejora de la atención de las clínicas de RA y hospitales.

Red Nacional de Infértiles lucha por la consulta psicológica gratuita en todas las clínicas y hospitales, tanto públicos como privados.

Mientras llega ese día, la asociación pone en marcha su propio servicio de psicoterapia gratuito para asociadas.



# 03 ACTIVIDADES 2023

## BLOG

Nuestro blog es un espacio abierto en el que hablamos de infertilidad y reproducción asistida de la mano de profesionales y expertos en la materia. Contamos también con pacientes que alzan su voz para contar su historia y, por supuesto, hablamos de actualidad.

Algunos objetivos:

- Acompañar a los pacientes en su camino con la infertilidad.
- Educar a la sociedad sobre cómo actuar ante la infertilidad
- Contar historias personales de pacientes. No estamos solas
- Informar sobre temas de actualidad relacionados con la reproducción asistida.
- “Caminos a la reproducción asistida” con artículos relacionados con la reproducción asistida, técnicas, tratamientos, opciones...

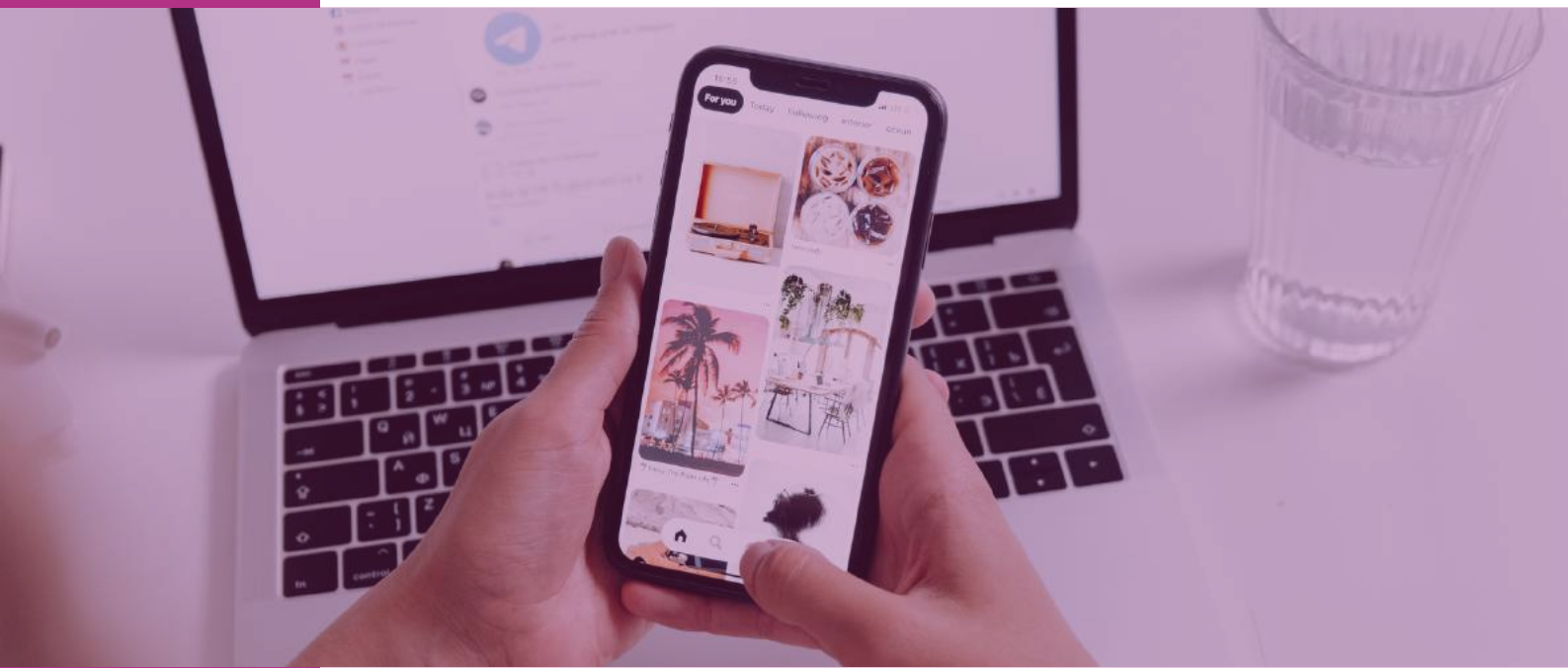


# 03 ACTIVIDADES 2023

## TELEGRAM

Telegram es un servicio de mensajería instantáneo enfocado a las conversaciones privadas y a la difusión de contenido en grupos.

Este servicio de mensajería nos va a permitir la notificación de forma inmediata de las comunicaciones y que nadie se pierda ninguna de nuestras actividades o campañas.



# 03 ACTIVIDADES 2023

## QUEDADA RED INFÉRTILES

La Quedada Red Infértiles es la reunión anual de pacientes de todos los puntos de España organizada por la asociación.

En 2020, el objetivo era aliar este evento con el lema “duelo perinatal”

Es el día en el que desvirtualizamos a las compañeras y podemos vernos, tocarnos, abrazarnos, sentirnos.

Es un día mágico en el que no solo aprendemos y tenemos la posibilidad de hablar con los expertos de tú a tú, es el día en el que nuestro corazón, nuestra alma siente que que no está sola, que este camino lo recorreremos de la mano.

***Se llevó a cabo la organización del evento aunque, finalmente no pudo celebrarse debido a la actual situación del COVID-19.***



# 03 ACTIVIDADES 2023

## [IN]FERTILRACE

### DÍA MUNDIAL FERTILIDAD

InfertilRace es la primera Carrera Virtual que se corre en España por la Infertilidad. En nuestro primer año conseguimos que más de 500 personas se inscribieran para darle voz a la infertilidad.

Se organiza para que coincida con el fin de semana más próximo al Día Mundial de la Infertilidad, que se conmemora el día 4 de junio.

Durante 3 días puedes participar ya sea andando corriendo por tu ciudad para dar apoyo a todas esas personas que pasan por esta enfermedad.



ASOCIACIÓN  
RED NACIONAL  
DE INFÉRTILES

HAZ TU RECORRIDO POR LA INFERTILIDAD

## #InfertilRace

Sube tu foto participando en la carrera y etiquétanos con el hashtag #InfertilRace

INSCRÍBETE

# 03 ACTIVIDADES 2023



## VIRTUAL INFERT

### CUARTO ENCUENTRO EN RED DEDICADO A LA INFERTILIDAD

La Virtual Infert nació en 2020 como consecuencia de la pandemia. Porque de los malos momentos también pueden salir cosas buenas.

Es un evento online que tiene lugar durante seis días continuados, donde se dan lugar pacientes, especialistas, artistas, escritoras, influyentes y otros perfiles sociales, para conversar acerca de los problemas reproductivos a los que se enfrenta nuestra sociedad.

Más de 1100 inscripciones y 1.190.000 impresiones tuvo nuestro tercer encuentro. Porque Virtual Infert vino para quedarse, trabajaremos para que cada año sea aún mejor.

Se desarrolló, principalmente, a través de un portal informativo creado exclusivamente para el evento ([semanainfertilidad.com](http://semanainfertilidad.com)), y también a través de nuestras redes sociales y Zoom.



**6-11 NOVIEMBRE 2023**

# 03 ACTIVIDADES 2023

## MADRES INVISIBLES. EL DOCUMENTAL

La Asociación Red Nacional de Infértiles y Klimax iniciamos juntos este proyecto con el objetivo de convertirlo en un largometraje documental. La primera pieza presenta la experiencia de una paciente real, su vivencia, su camino con la infertilidad.





# 03 ACTIVIDADES 2023

## SPRING MEETING

La Spring Meeting es la reunión anual de la Asociación Europea de asociaciones de pacientes con infertilidad organizado por Fertility Europe.

Nuestra asociación pertenece a Fertility Europe desde el año 2018 en representación de España.

En 2020 la asociación fue designada para ser la anfitriona de esta reunión pero debido a la pandemia no se pudo reanudar hasta este 2023.

Celebramos una jornada que repasó las últimas 4 décadas de reproducción asistida en nuestro país, coincidiendo con el 40 aniversario de la primera FIV que daría como resultado 37 semanas después el nacimiento de Victoria Anna, la primera española nacida tras una fecundación in vitro en España.



# 03 ACTIVIDADES 2023

## EL RINCÓN DEL EXPERTO

Se trata de una sección de nuestro BLOG en la que un experto especializado en uno de los campos relacionados con la infertilidad habla sobre un tema de interés sobre dicho sector.



*El rincón del experto*

EL FACTOR INMUNOLÓGICO Y EL ÉXITO EN REPRODUCCIÓN ASISTIDA



Dr. Enrique Esteve Valverde  
Experto en Inmunología Reproductiva



*El rincón del experto*

HIPOTIROIDISMO E INFERTILIDAD. ¿HAY RELACIÓN?



Dr. Joaquín Puerma Ruíz  
Endocrinólogo experto en Reproducción Asistida

# 03 ACTIVIDADES 2023

## PARAR, TAMBIÉN ESTÁ BIEN

Se trata de una campaña de concienciación destinada a mujeres con infertilidad que deciden dejar de buscar su embarazo porque se sienten agotadas por motivos psicológicos, económicos o, simplemente, porque lo necesitan.

Este proyecto se llevará a cabo a través de nuestras redes sociales y con la creación de un grupo de apoyo específico para tratar de apoyar a estas mujeres y mitigar el peso de la culpa de tomar la decisión de no seguir intentándolo.



# 03 ACTIVIDADES 2023

## HUMOR INFÉRTIL

Humor Infértil es un espacio para la risa. Una vía de escape para afrontar situaciones difíciles a través del humor.

Se trata de vídeos humorísticos donde se reproducen anécdotas, escenas cotidianas que toda mujer infértil ha vivido, frases hechas u opiniones desde el total desconocimiento. Todo eso, con una dosis de ironía para tratar de sacar una sonrisa y/o concienciar al resto sobre la importancia de empatizar con las personas infértiles.

## LA HISTORIA DE MARÍA

Se trata de un relato que la asociación decidió escribir e ilustrar como ejemplo de una de las muchas historias reales que ocurren todos los días.

La historia empieza así...

"Es una historia larga, dura, con muchísimo sufrimiento. Pero necesito hablar, necesito compartirla con vosotros.

Me estoy ahogando en mi soledad...

Esta es la historia de María. Tu historia, la mía..."



# 03 ACTIVIDADES 2023

## Y MUCHO MÁS

Trabajamos día a día para elaborar nuevas propuestas que ayuden a dar voz a esta enfermedad, así como, a abrazar a estas pacientes para que nunca se sientan solas.

Seguro que juntas crearemos muchas más actividades durante este año.





 [hola@redinfertiles.com](mailto:hola@redinfertiles.com)

 [redinfertiles.com](http://redinfertiles.com)

 <https://www.facebook.com/redinfertiles>

 <https://www.instagram.com/redinfertiles>

 <https://twitter.com/redinfertiles>

 <https://bit.ly/2NObyv>