

PLAN ESTRATÉGICO 2026



ASOCIACIÓN
RED NACIONAL
DE INFÉRTILES

Quiénes somos

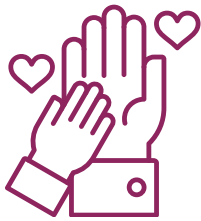
Red Infértiles, nace en 2014 como asociación de pacientes con problemas reproductivos en España y cuenta con un censo de más de 3700 personas. El objetivo de nuestra asociación es **visibilizar la infertilidad** como enfermedad y velar por el bienestar de los pacientes con problemas de reproducción.

La infertilidad es una enfermedad reconocida por la **Organización Mundial de la Salud (OMS)** que afecta a una de cada cinco parejas en el mundo occidental.

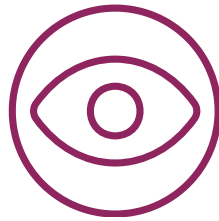
A pesar de que cada año se llevan a cabo en España más de 198.000 tratamientos de reproducción y de que actualmente **el 12% de los niños nacen gracias a la medicina reproductiva**, los problemas de fertilidad siguen siendo un tema tabú en nuestra sociedad.

Desde 2018 somos la **representación española en la Fertility Europe** (federación europea de pacientes con infertilidad). Y además, somos miembros del Foro Español de Pacientes. Somos referentes en asesoría sobre fertilidad.

Objetivos



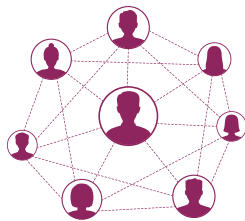
Apoyo



Visibilidad



Educación



Nexo de unión



Atención

Apoyo durante el camino por la infertilidad.

Visibilizamos la infertilidad rompiendo los tabúes que existen a su alrededor.

Educamos a la sociedad ofreciendo recursos para que sepan cómo actuar y hablar ante los pacientes con infertilidad.

Somos el **nexo de unión** entre pacientes, comunidad médica y científica e instituciones. Trabajamos en incidencia política.

Trabajamos para **mejorar la atención** de las clínicas de Reproducción Asistida.

Junta directiva



**Helena
Fernández**
Presidenta



Laura Segura
Vicepresidenta



Josefa Alcaina
Secretaria y
Tesorera

Redes a las que pertenecemos



Visión

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



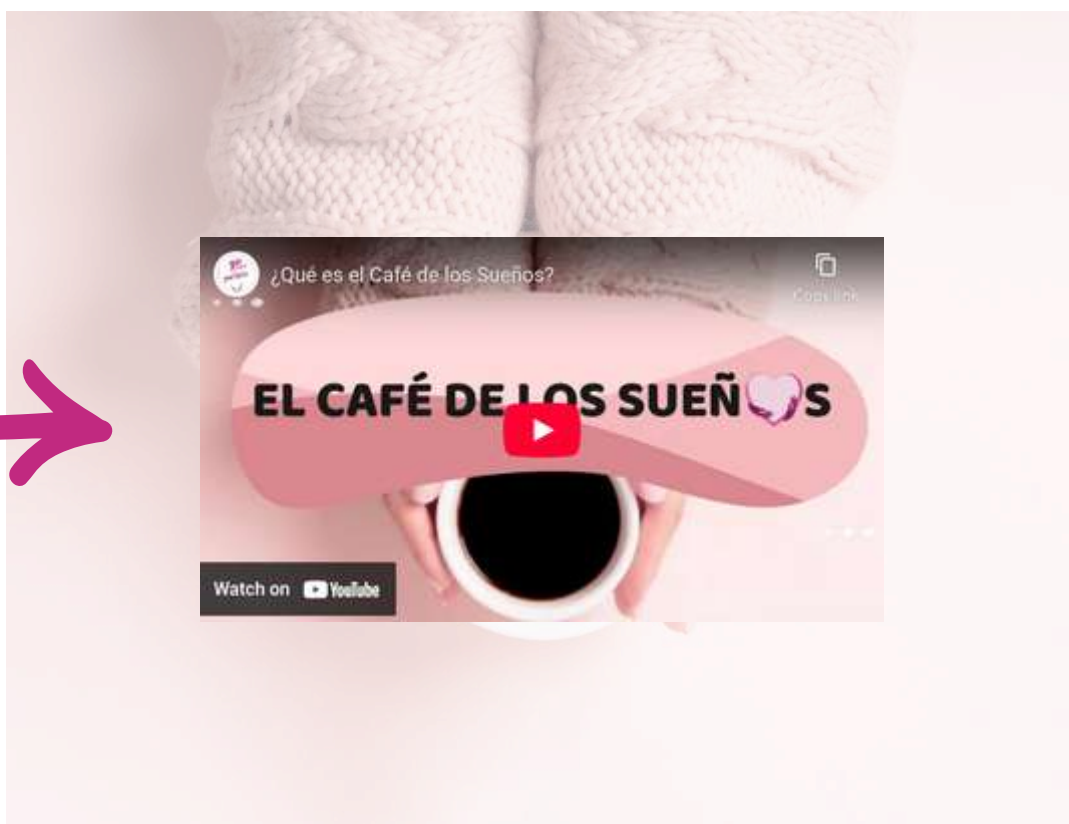
Actividades



Café de los sueños

El **café de los sueños** es un encuentro informal entre pacientes organizamos en diferentes ciudades a lo largo del año o de forma virtual. En los cafés nos reunimos con otras mujeres/parejas para conocer a otras personas que han sufrido o sufren problemas de infertilidad.

Son encuentros sin reglas ni charlas programadas. Simplemente son espacios donde sentirse protegido.



Actividades

Grupos de apoyo

Organizados por la asociación, ofrecemos a lo largo del año diferentes grupos de apoyo de la mano de psicólogas especializadas en Reproducción Asistida dedicados a una temática concreta: al duelo gestacional, perinatal y neonatal, al duelo genético, a tomar la decisión de parar.

Además tenemos también un grupo de apoyo secreto 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.

GRUPO DE APOYO PARA MUJERES QUE NO HAN PODIDO SER MADRES ·CÓMO RETOMAR TU VIDA·

**Solo para asociad@s*

Nagore Uriarte

Psicóloga especializada en
fertilidad, sexóloga y
embrióloga



GRUPO DE APOYO GRATUITO PARA DUELO GESTACIONAL, PERINATAL Y NEONATAL

**Solo para asociad@s*

Johanna Alaminos

Psicóloga especializada en
Intervención Psicológica en
Infertilidad y Reproducción
Asistida



Actividades



El Podcast de Red Infértiles

Comenzamos esta iniciativa en 2021 con el objetivo de divulgar e informar sobre esta enfermedad. Para ello, nuestra asociación sube un capítulo mensual tratando diferentes temas relacionados con la infertilidad, invitando a pacientes y a diferentes profesionales del sector: médicos, psicólogos, nutricionistas...

Actualmente tenemos disponibles 3 temporadas y un episodio especial por el décimo aniversario.



Actividades



El experto responde



Disponemos de un servicio de asesoramiento médico para nuestras asociadas. Contamos con la colaboración de expertos que resuelven dudas médicas y/o genéticas.



Asesoramiento legal



Contamos con asesoramiento legal gratuito para nuestras asociadas a través de nuestro bufete de abogados **especializados en Reproducción Humana Asistida**.



Tutoras emocionales



Una tutora emocional es una mujer que ha pasado por un proceso de reproducción asistida y que finalmente ha conseguido su sueño. Una expaciente que acompaña, de forma individualizada y privada, a nuestras asociadas con la única función de escuchar, apoyar, y abrazar.

Actividades



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.

Actividades

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"



Mi nombre de GUERRERA:

Mi victoria se llama:

Fecha de embarazo [última batalla]:

Fecha del parto [día de la victoria]:

Fecha en la que soñabas con ganar la guerra:

Quiero seguir formando parte de RED en el COMANDO M:

SÍ NO

SOY DEL COMANDO M

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

Actividades

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 FALLOPIO
 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.
 Análisis Hormonales FSH Estradiol LH.

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

No dudes en preguntar a tu médico o profesional.

Infografía: "Sabemos más sobre Fertilidad y RA"

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". Sorribas. "Relaciones sexuales programadas, una sencilla primera posibilidad". Instituto Bernabeu.

Actividades

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.



Actividades

Dime que

Dime que es una campaña de concienciación creada por la asociación para sensibilizar junto a nuestra campaña no me digas que a la población sobre la importancia de escoger las palabras con las que nos dirigimos a los pacientes con infertilidad.



Actividades

Consejos Red in

Campaña creada por la asociación para dar respuesta a algunas dudas comunes que nos surgen como pacientes de infertilidad siempre respaldadas por un profesional.

Consejos RedIn

TRANSFERENCIA

Tienes que ir con la vejiga llena el día de la transferencia, pero piensa que a veces puede demorarse, por lo que nuestro consejo es que orines al salir de casa y te lleves una botella de agua para ir bebiendo mientras esperas, estarás menos incómoda y sin sensación de no poder aguantar sin ir al baño.



Vigila:
Evitar exponerte a temperaturas extremas como saunas, baños de vapor, exposición solar, cabinas de bronceado y cualquier actividad que aumente la temperatura interna del cuerpo, ya que podría afectar el embrión.

ASOCIACIÓN RED NACIONAL DE INFERTILES  hastanlaniv.com

Consejos RedIn

PROGESTERONA

Tarda una media hora en empezar a hacer efecto, y no hace falta que te acuestes al ponerla por miedo a que "se salga". También puedes bañarte sin problemas.



Un truco para la introducción de forma más fácil es mojar el dedo antes.

Vigila:
manchará todas tus braguitas así que escoge aquellas que menos te gusten.

ASOCIACIÓN RED NACIONAL DE INFERTILES  hastanlaniv.com

Actividades

Frases que nos decimos y nos dañan el alma

Campaña creada por la asociación para dar respuesta a algunas dudas comunes que nos surgen como pacientes de infertilidad siempre respaldadas por un profesional.



Actividades

Mi enfermera de Reproducción Asistida

Campaña creada en colaboración con la Sociedad Española de Fertilidad (SEF) para ofrecerte información y apoyo en tu camino por la infertilidad.

Estos 12 meses están dedicados al papel de la enfermera de reproducción asistida. ¿Cómo puede ayudarnos?

ASOCIACIÓN RED NACIONAL DE INFERTILES **Sociedad Española de Fertilidad**

MI ENFERMERA DE REPRODUCCIÓN ASISTIDA (RA)

TIEMPO DE ESPERA HASTA LA PRUEBA BHCG

MI ENFERMERA DE REPRODUCCIÓN ASISTIDA
Tiempo de espera hasta la BHCG

¿QUÉ ES LA BETAESPERA?
La betaespera es el tiempo entre la transferencia y la prueba de embarazo (BHCG), un periodo de espera lleno de emociones difíciles de gestionar.

ASOCIACIÓN RED NACIONAL DE INFERTILES **Sociedad Española de Fertilidad**

MI ENFERMERA DE REPRODUCCIÓN ASISTIDA
Tiempo de espera hasta la BHCG

ACOMPANIAMIENTO Y APOYO EMOCIONAL
Nosotras, las enfermeras, somos las profesionales que os acompañaremos en todo el proceso. Somos un espacio seguro para vosotros.

ASOCIACIÓN RED NACIONAL DE INFERTILES **Sociedad Española de Fertilidad**

MI ENFERMERA DE REPRODUCCIÓN ASISTIDA
Tiempo de espera hasta la BHCG

SEGUIMIENTO Y RECOMENDACIONES
Te orientamos sobre síntomas, medicación y hábitos saludables. Pregunta siempre que lo necesites. Estamos aquí para ti.

ASOCIACIÓN RED NACIONAL DE INFERTILES **Sociedad Española de Fertilidad**

MI ENFERMERA DE REPRODUCCIÓN ASISTIDA
Tiempo de espera hasta la BHCG

RESULTADOS Y PRÓXIMOS PASOS
Te informamos del resultado y te guiamos en los siguientes pasos, sea cual sea la noticia.

ASOCIACIÓN RED NACIONAL DE INFERTILES **Sociedad Española de Fertilidad**

Actividades

La historia de MARIA

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..."



Actividades

La historia de MARIA

Arrancamos una nueva edición de nuestro 12 Meses para este 2026.

Y lo hacemos poniendo el foco en una realidad poco visible: la infertilidad en la vida laboral.

Porque la infertilidad no es solo “no poder tener hijos”. Implica tratamientos largos, pruebas médicas, citas en horario laboral y un fuerte impacto emocional, que muchas personas vivimos en silencio mientras intentamos rendir en nuestro trabajo como si no pasara nada.

VIDA LABORAL
Lo que no se ve en la oficina: cuerpo, mente...y horario.

¿Qué es la infertilidad en la vida real de quien trabaja?
Infertilidad no solo es “no poder tener hijos”. Es una enfermedad que implica:

- Pruebas médicas repetidas.
- Un impacto emocional profundo.
- Tratamientos largos y físicamente exigentes.
- Citas frecuentes en horario laboral.

Muchas personas viven todo esto mientras intentan rendir en su trabajo como si no pasara nada.

ASOCIACIÓN
RED NACIONAL
DE INFERTILES

© InfertilityNetwork

Actividades

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.

Red de libros viajeros

Se trata de compartir durante el día del libro aquella lectura que, durante tu camino por la infertilidad te haya ayudado a sobrellevarla, a evadirte por un instante o te haya alegrado un poco durante tus momentos más duros. Si te ha ayudado a ti, ¿por qué no puede hacerlo con alguien más?

Lotería de Navidad

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.



AMIGO INVISIBLE INFÉRIL 2024

¡Inscríbete del 14 al 24 de noviembre!

*Actividad gratuita y exclusiva para asociadas



Red de libros viajeros | 23 Abril

Inscríbete en nuestro libro viajero y comparte esa lectura que te haya ayudado durante tu camino.

Plazo de inscripción: 13-31 MARZO (ambos inclusive)

*GRATUITO. Solo para asociadas



¿Y si nos toca?

S.E. LOTERÍAS Y ANEXOS DEL ESTADO 102/24

34449

LOTERÍA NACIONAL DE NAVIDAD

22 de diciembre de 2024

PREMIOS

PRIMERA 20

La Navidad. Madrid. España. 5 060010000-0000000000

10 años de asociación RED NACIONAL DE INFÉRILES

Actividades



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.

Organizamos diferentes directos para hablar sobre diferentes situaciones y estrategias para gestionar mejor nuestras emociones durante estas fechas.





Actividades

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.





Actividades

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.





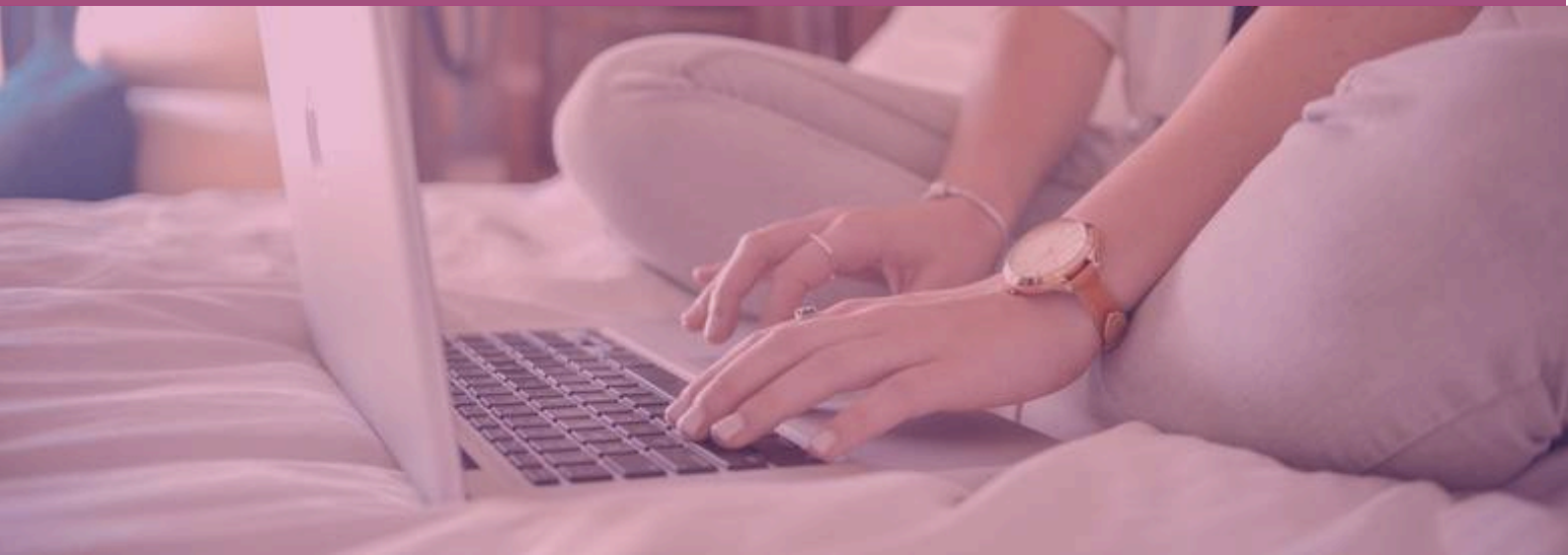
Actividades

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...



Actividades

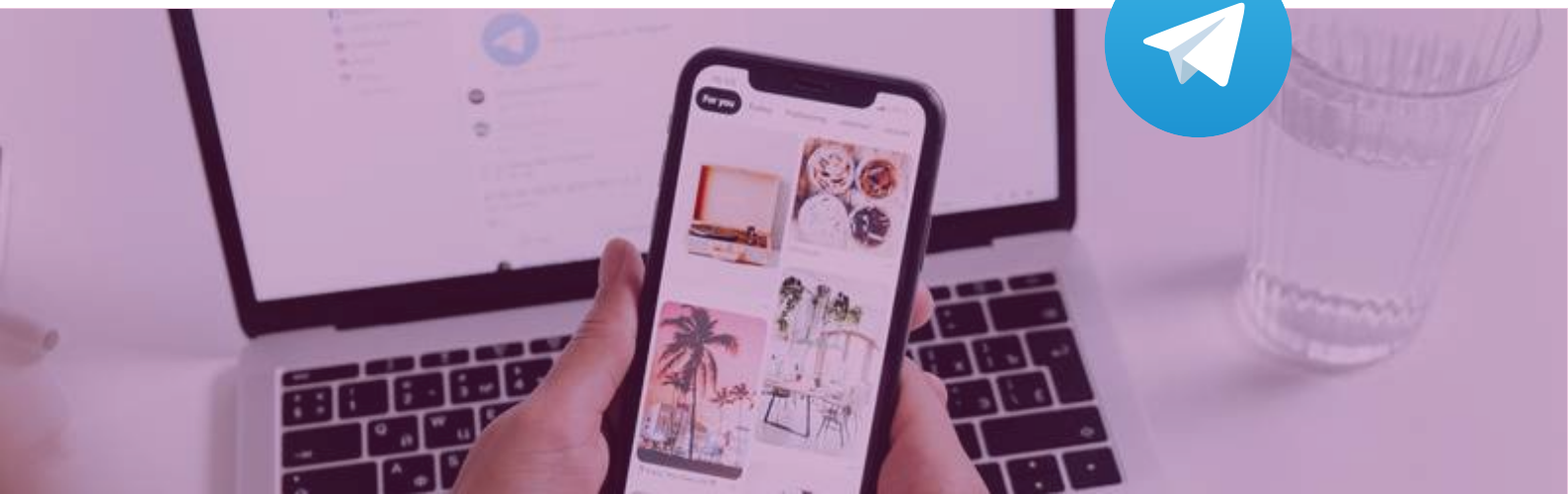
TELEGRAM

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.

CANAL DE DIFUSIÓN DE WHATSAPP

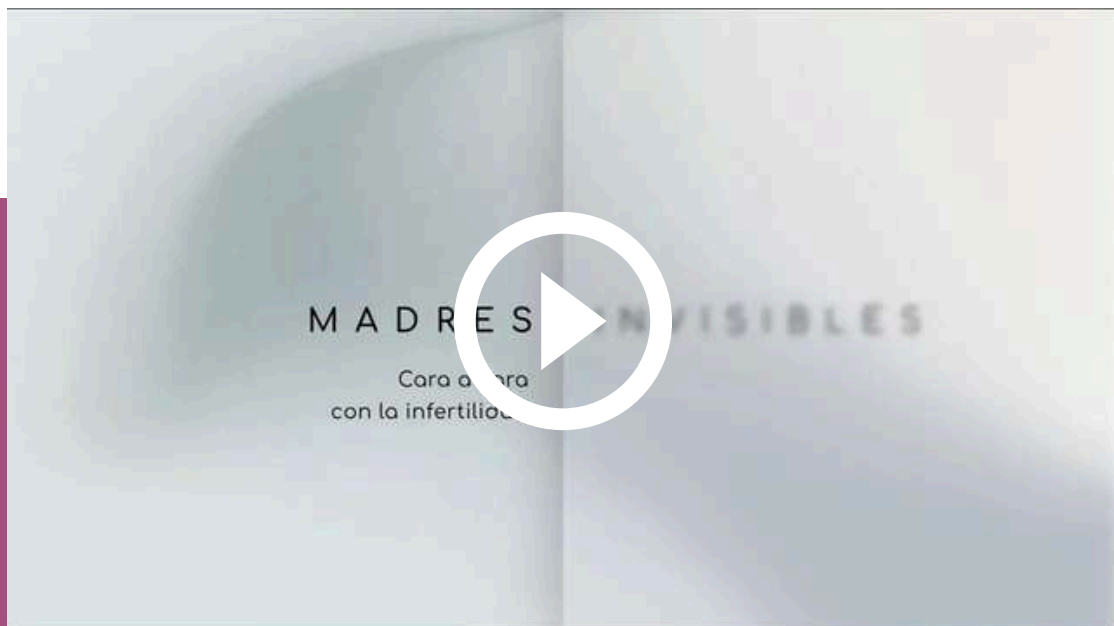
En la asociación creemos firmemente en el poder de la información. Es por eso que este próximo año vamos a dar comienzo a nuestro canal de difusión de Whatsapp, para que te llegue todo lo que hacemos y publicamos. ¡No te pierdas nada!



Actividades

Madres invisibles. Cara a cara con la infertilidad

La Asociación Red Nacional de Infértiles y Klimax iniciamos juntos este proyecto con el objetivo de convertirlo en un largometraje documental. Este es el tráiler de lo que será el documental completo. Representa las historias de varias mujeres que sufren infertilidad, su vivencia y su experiencia. Actualmente estamos en plena fase de montaje.

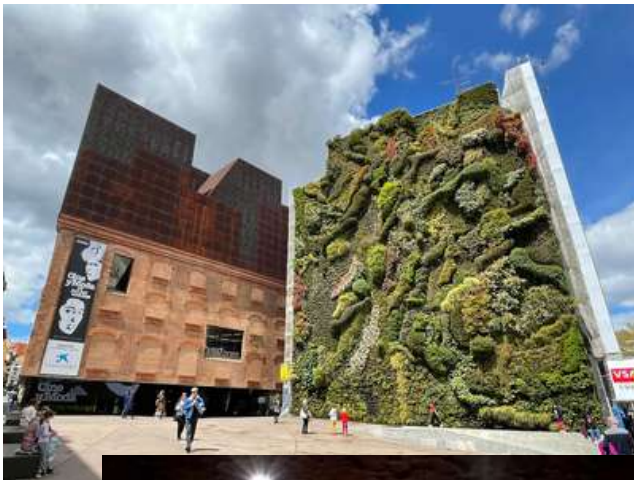


¡Si quieres que proyectemos nuestro documental en tu ciudad y sabes dónde podemos hacerlo este 2026 escríbenos a comunicacion@redinfertiles.com!

Actividades

Proyección Documental en CaixaForum Madrid

Nuestra asociación proyecta en 2026 el documental **Madres Invisibles. Cara a cara con la infertilidad** en Madrid. Será el 29 de enero en el CaixaForum y tras la emisión se realizará un coloquio con las protagonistas.



Actividades

InfertilRace

VI CARRERA CONTRA LA INFERTILIDAD

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

Se organiza para que coincida con el Día Mundial de la Infertilidad, que se conmemora el día 4 de junio.

Durante el 2025 podías participar durante todo el mes de junio andando o corriendo por tu ciudad para dar apoyo a todas esas personas que pasan por esta enfermedad.

Además de dar visibilidad nuestro objetivo fue recorrer los 1419km que nos separan del Parlamento Europeo. Queremos que la infertilidad se incluya en la agenda política europea y queremos repetirlo este 2026 con un nuevo objetivo.



INFERTIL RACE JUNIO 2025

V CARRERA CONTRA LA INFERTILIDAD

ORGANIZA ASOCIACIÓN RED NACIONAL DE INFERTILES

REPRORUNNERS

instituto marqués **IVI** Igenomix **CRA** Fertypharm
vida | ecología vital vida | tambré eugin CENTRO gutenberg
Unidad de Reproducción

Actividades

Virtual Infert

VI 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, influencers y otros perfiles sociales, para conversar acerca de los problemas reproductivos a los que se enfrenta nuestra sociedad.

Más de 1100 inscripciones y 1.170.000 visualizaciones tuvo nuestro quinto 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), y también a través de nuestras redes sociales y Zoom.





Actividades

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.

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

 redinfertiles.com

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

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

 <https://twitter.com/redinfertiles>

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