



SUPERVIVENCIA

Mantenga la comunicación después del tratamiento

Puede que tenga consultas con el equipo de profesionales médicos con menos frecuencia ahora que durante su tratamiento activo, por lo que es importante comunicarse bien durante las citas de seguimiento.

Consulte con el equipo de profesionales médicos con el fin de crear un plan de atención para la supervivencia y obtenga una copia escrita del mismo. Todos los sobrevivientes del cáncer deberían recibir un plan de atención para la supervivencia. Si usted no recibe uno, pídalo.



CONSEJOS PARA LA COMUNICACIÓN CON EL EQUIPO DE PROFESIONALES MÉDICOS

- Pregunte quién será su contacto designado para la atención de seguimiento. ¿Se encargará su médico de cabecera de esta atención? ¿Seguirá consultando periódicamente con el hematólogo-oncólogo? (Se usa la sigla PCP, en inglés, para referirse al médico de cabecera/atención primaria; el hematólogo-oncólogo es el médico encargado del tratamiento del cáncer). Pregunte con quién deberá comunicarse si tiene preguntas o inquietudes entre las citas médicas.
- Tenga preparada una lista de preguntas en un cuaderno dedicado para ese fin, y llévelo a todas las citas médicas. Si cree que no podrá esperar hasta su próxima cita médica para hacer una pregunta, o si tiene una inquietud que le produce ansiedad, comuníquese con el equipo de profesionales médicos.
- Use una aplicación de calendario en su teléfono móvil u otro método para recordar todas sus citas médicas de seguimiento. Es posible que las citas médicas se programen con meses de anticipación, por lo que podría ser fácil olvidarlas.
- Pregunte cómo puede acceder al portal de pacientes por Internet. Muchos hospitales y centros de tratamiento ofrecen actualmente portales para pacientes en los cuales puede ver las fechas de sus próximas citas médicas, enviar mensajes a sus médicos, ver y pagar sus facturas, y más.
- Informe al equipo de profesionales médicos de todo efecto secundario nuevo o que ha empeorado.
- Ponga al día al equipo de profesionales médicos de todos los cambios en sus antecedentes médicos, tales como nuevos diagnósticos, medicamentos, cirugías, procedimientos u hospitalizaciones.
- No empiece ni deje de tomar ningún medicamento, vitamina ni suplemento sin consultar primero con su médico.
- Informe al equipo de profesionales médicos sobre sus planes familiares, por ejemplo, un embarazo, lactancia materna o planes para concebir.
- Informe al equipo de profesionales médicos de cualquier cambio en la cobertura de su seguro médico o en su información de contacto.

PROFESIONAL MÉDICO ENCARGADO DE LA ATENCIÓN PARA LA SUPERVIVENCIA

Nombre _____

Teléfono _____

Correo electrónico _____

Todas sus preguntas son importantes. No se avergüence de hacerlas.
Sus inquietudes merecen atención.

Lista de comprobación del plan de atención para la supervivencia

Su plan de atención para la supervivencia debería incluir la siguiente información:

- Lista de todos los profesionales médicos: médico de atención primaria (de cabecera), hematólogo-oncólogo, oncólogo radiólogo, etc.
- Resumen del diagnóstico con detalles específicos, tales como la etapa de la enfermedad, las zonas de afectación en el cuerpo y los marcadores moleculares o genéticos
- Resumen del tratamiento con detalles específicos, tales como los nombres de los fármacos quimioterapéuticos o biológicos empleados, así como detalles de la radioterapia (tipo, dosis, zona del cuerpo), de la respuesta al tratamiento y de los efectos secundarios
- Información sobre el tratamiento de mantenimiento, incluyendo el nombre del medicamento, la dosis y la duración del tratamiento
- Esquema de las consultas de seguimiento con el médico encargado de coordinar la atención y la frecuencia de las mismas
- Esquema de las pruebas médicas recomendadas para el seguimiento continuo y la frecuencia de las mismas
- Lista de los posibles efectos tardíos y a largo plazo del tratamiento
- Recomendaciones de estilo de vida para la salud y el bienestar, por ejemplo, nutrición, ejercicio, exámenes de detección de otros tipos de cáncer y enfermedades y, si es necesario, remisiones a especialistas que puedan ayudar con estas recomendaciones

Puede encontrar ejemplos de planes de atención para la supervivencia en www.journeyforward.org (en inglés) o en <https://es-oncolife.oncolink.org> (en español). Comparta su plan de atención para la supervivencia con todos los profesionales médicos nuevos con los que consulte.

Para acceder a la serie completa de publicaciones titulada *Comunicación con el equipo de profesionales médicos*, así como guías de preguntas para imprimir, visite www.LLS.org/preguntas.

PREGUNTAS QUE PUEDE HACERLE AL EQUIPO DE PROFESIONALES MÉDICOS

Asegúrese de obtener respuestas a las siguientes preguntas a medida que hace la transición a la atención para la supervivencia tras el tratamiento del cáncer:

- ¿Me dará usted una copia escrita del plan de atención para la supervivencia?
- ¿Cuáles miembros del equipo de profesionales médicos serán responsables de mi atención de seguimiento y atención para la supervivencia, y de cuáles aspectos serán responsables?
- ¿Se incluye una terapia de mantenimiento en este plan? Si es así, ¿cuál es la terapia de mantenimiento recomendada? y ¿por cuánto tiempo la recibiré? (No todos los pacientes recibirán una terapia de mantenimiento).
- ¿Cuáles signos o síntomas podrían indicar una recaída de la enfermedad?
- ¿Cuáles son los posibles efectos secundarios tardíos y a largo plazo del tratamiento que recibí?
- ¿Qué puedo hacer para manejar estos efectos secundarios?
- ¿Qué puedo hacer para mejorar mi bienestar como sobreviviente tras el tratamiento?

**PARA OBTENER APOYO,
COMUNÍQUESE CON NUESTROS
ESPECIALISTAS EN INFORMACIÓN.**

Contáctenos al **800.955.4572** o en www.LLS.org/especialistas.