



SUPERVIVENCIA

Mantenga la comunicación después del tratamiento y en adelante

Dado que podría acudir a los profesionales médicos con menor frecuencia ahora que durante su tratamiento activo, es importante comunicarse de manera eficaz durante las citas de seguimiento.

Colabore con el equipo de profesionales médicos a fin de crear un plan de atención para la supervivencia por escrito. Todos los sobrevivientes de cáncer deberían recibir este tipo de plan. Si usted no lo tiene, pídale.

CONSEJOS PARA LA COMUNICACIÓN CON EL EQUIPO DE PROFESIONALES MÉDICOS

- Pregunte quién será su contacto designado para la atención de seguimiento. ¿Estará a cargo de su médico de atención primaria (PCP, en inglés)? o ¿seguirá acudiendo con regularidad al hematólogo-oncólogo? ¿Cuál de los profesionales médicos se encargará de cuáles aspectos de su atención? Podría tener preguntas que quiera hacer entre las citas médicas, así que es importante averiguar con quién debe comunicarse durante este tiempo.
- Pida que lo remitan a una clínica para sobrevivientes. Este tipo de clínicas se especializan en brindar servicios que ayudan a los pacientes con cáncer a manejar los asuntos relacionados con la supervivencia del cáncer.
- Mantenga una lista corriente de sus preguntas en un solo cuaderno que lleve a todas las citas médicas. Comuníquese con el equipo de profesionales médicos si tiene una pregunta y cree que no debe esperar hasta su próxima cita para hacerla, o tiene una inquietud que le produce ansiedad.
- Use una aplicación de calendario en su teléfono móvil (u otro método) para recordar todas sus citas de seguimiento. Ya que las citas médicas podrían programarse con meses de anticipación, puede ser fácil olvidarlas.
- Pregunte cómo puede acceder al portal del paciente. Muchos hospitales y centros de tratamiento ofrecen actualmente un portal en el cual puede consultar información sobre 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 empeora.
- Informe a los profesionales médicos sobre cualquier nuevo diagnóstico, medicamento, cirugía, procedimiento u hospitalización.
- No empiece ni deje de tomar ningún medicamento, vitamina ni suplemento sin consultar con su médico.
- Cuénteles sus planes familiares a los profesionales médicos, por ejemplo, si está embarazada, amamantando o planea concebir.
- Informe a los profesionales médicos de cualquier cambio en su seguro médico o 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 que lo atienden (médico de atención primaria o PCP, en inglés; hematólogo-oncólogo; oncólogo radiólogo; etc.)
- Resumen del diagnóstico con detalles tales como la etapa de la enfermedad, las zonas de afectación y los marcadores moleculares o genéticos
- Resumen del tratamiento con detalles tales como los nombres de los fármacos quimioterapéuticos o biológicos empleados, la radioterapia (tipo, dosis, área tratada), la respuesta al tratamiento y los efectos secundarios
- Información sobre el tratamiento de mantenimiento con el nombre del medicamento y su dosis y duración
- Esquema de las citas de seguimiento con su frecuencia y el profesional encargado de su coordinación
- Esquema para el seguimiento continuo con las pruebas médicas recomendadas, su frecuencia y el profesional médico que brindará ayuda con cada una de ellas (por ejemplo, el médico de atención primaria, el oncólogo u otro profesional médico)
- 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, sobre nutrición, ejercicio, exámenes de detección de otros tipos de cáncer y enfermedades y, según sea necesario, remisiones a especialistas que puedan ayudarlo a seguir estas recomendaciones

Como ayuda para recopilar toda la información que necesita durante las etapas de diagnóstico, tratamiento, atención de seguimiento y manejo a largo plazo de un cáncer de la sangre, visite www.LLS.org/manual-del-sobreviviente para consultar la publicación *Cómo orientarse en la vida durante y después de un diagnóstico de cáncer de la sangre*. Hay distintas versiones del manual para adultos, adultos jóvenes y niños/adolescentes.

Visite www.LLS.org/preguntas para consultar la serie completa de publicaciones titulada *Comunicación con el equipo de profesionales médicos* y las guías de preguntas imprimibles.

PREGUNTAS QUE PUEDE HACERLE AL EQUIPO DE PROFESIONALES MÉDICOS

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

- ¿Me brindará un plan de atención para la supervivencia por escrito?
- ¿Cuáles miembros del equipo de profesionales médicos serán responsables de mi atención de seguimiento y atención para la supervivencia? y ¿de cuáles aspectos estará a cargo cada uno de ellos?
- ¿Se incluye una terapia de mantenimiento en mi plan de atención para la supervivencia? Si es así, ¿cuál es la terapia de mantenimiento recomendada? y ¿por cuánto tiempo la recibiré? (No todos los pacientes reciben una terapia de mantenimiento).
- ¿Cuáles son los signos o síntomas que podrían indicar una recaída o recurrencia?
- ¿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 fomentar mi bienestar como sobreviviente tras el tratamiento?

OBTENGA APOYO INDIVIDUAL

Los **Especialistas en Información** de LLS son trabajadores sociales y enfermeros altamente capacitados y especializados en oncología que pueden brindarle información y apoyo y comunicarlo con nuestro **Centro de Apoyo para Ensayos Clínicos** y nuestros **dietistas registrados**.

- Llame al **800.955.4572** Lun-Vie, de 9 a.m. a 9 p.m., hora del Este (contamos con servicios de interpretación)
- Visite www.LLS.org/especialistas

Esta publicación tiene como objetivo brindar información precisa y confiable con respecto al tema en cuestión. Es distribuida por la Sociedad de Lucha contra la Leucemia y el Linfoma (LLS, por sus siglas en inglés) como un servicio público, entendiéndose que LLS no se dedica a prestar servicios médicos ni otros servicios profesionales. El personal de LLS revisa cuidadosamente el contenido para comprobar su exactitud y confirma que todas las opciones diagnósticas y terapéuticas se presentan de una manera razonable y balanceada, sin tendencia particular a favor de cualquier opción.