

ENLACES

Boletín informativo del Programa Consultivo de Pacientes y sus Familias de Moffitt Cancer Center | Otoño de 2023

LA PERSPECTIVA DEL PACIENTE

El amor en acción

Kerrijo Ellis, paciente asesora de la Junta Consultiva de Pacientes y Familias

«El amor consiste en acciones; nunca son solo sentimientos». (bell hooks)

El amor es un sentimiento intenso que se puede expresar de muchas formas. Sus efectos pueden ser profundos y cambiar la vida de una persona. A través de mi experiencia de cáncer he sentido su poder transformador.

Al reflexionar sobre mi vigésimo octavo año de vida, me abruman las emociones y una sensación de nostalgia por lo que pudo haber sido y no fue. ¡Había tantas promesas en las cartas! La emoción de la aventura, la satisfacción de los triunfos académicos, el gozo de descubrir pasiones nuevas... No me imaginaba que ese año sería un punto de inflexión en mi vida. En diciembre de 2021, mi mundo quedó patas arriba cuando recibí la noticia demoledora de que tenía linfoma no hodgkiniano en estadio 3. De repente, todos mis planes, esperanzas y sueños quedaron en suspenso mientras comenzaba

(Continúa en la página 3).



Kerrijo Ellis

EN ESTE BOLETÍN

- 1 El amor en acción
- 2 El valor
- 4 «Mamá, tengo cáncer», la odisea de una familia
- 5 Recursos de Moffitt para ayudar al paciente y al cuidador
- 6 Afrontar el temor a la recurrencia
- 7 ¿Eres una persona joven con cáncer?
- 8 Cómo hablar con el médico sobre el sexo
- 9 La planificación anticipada de la atención médica: el mejor regalo para su familia
- 10 Un solo método no sirve para todos: el Programa de Oncología Geriátrica
- 11 Consejos para prevenir caídas
- 12 Orientación para pacientes y familias



Patti Halula

COLUMNA DE LA COPRESIDENTA EL VALOR

Patti Halula, paciente asesora y copresidenta de la Junta Consultiva de Pacientes y sus Familias

Últimamente he tenido presente la palabra «valor». Quizá es porque hace poco presencié el valor de una persona y participé en su celebración. De las definiciones de valor, la que más hace eco en mí es esta: «valentía y fortaleza ante el dolor o la pena».

Una joven lo estaba pasando muy mal con el tratamiento del cáncer de mama. Tanto que no quería continuarlo. El dolor y las molestias de los efectos secundarios se habían vuelto excesivos para afrontarlos desde los puntos de vista emocional y físico.

Después de conocerla por casualidad, le hablé de mi vivencia de cáncer y de todas las dificultades que la quimioterapia puede acarrear. Cuando le hablé de mis experiencias y le conté las dificultades mentales que hacen que las emociones pasen de un extremo del espectro al otro, ella decidió finalizar el tratamiento.

En las semanas siguientes nos comunicamos por mensaje de texto después de cada tratamiento sobre cómo le había ido y cómo se sentía tanto mental como físicamente. Después de escucharla comencé a darme cuenta en realidad del esfuerzo que tenía que hacer para ir a los tratamientos. Requería mucho valor saber cómo iba a sentirse después y que además tendría

que cuidar de su familia.

¡Y qué día tan especial fue el de su último tratamiento! Me sentí honrada cuando ella me pidió que participara en el centro de infusiones en el tañido de campanas que indicaría el final de su tratamiento. Hubo risas, lágrimas, abrazos y muchos «¡Lo lograste!». Fue maravilloso ver su gozo.

Su familia, otros pacientes que esperaban tratamiento, el personal de enfermería, el equipo médico y yo celebramos todos juntos su valentía. Ese momento fue un hermoso recordatorio de que el simple hecho de pasar por las puertas de Moffitt Cancer Center es un acto de valor. Se requiere valor para tomar la decisión de buscar el tratamiento cuando no se tiene idea de lo que eso va a significar para la vida. Y cuando uno da valientemente el paso hacia lo desconocido, podría ser una sorpresa darse cuenta de que ahí es donde está la esperanza.

Visite [Moffitt.org/Courage](https://www.moffitt.org/Courage) para leer relatos inspiradores que brindan esperanza y aliento.



¿Sabía usted que...?

¿Sabía usted que la campana del valor es para todos?

Todos los pacientes pueden tocar la campana para celebrar triunfos, como la finalización del tratamiento o el cumpleaños. También pueden tocarla para sobrellevar un día difícil y para solicitar apoyo. En la próxima consulta, pregúntele al equipo que le atiende acerca de la campana del valor.

El amor en acción

(Viene de la página 1).

a orientarme en esta nueva realidad. Tenía el corazón agobiado de confusión e incertidumbre porque no sabía qué debía hacer.

De niña, mi familia era mi fuente de fortaleza. Independientemente de las dificultades que encontrábamos, siempre nos manteníamos unidos y nos apoyábamos mutuamente. Me reconfortaba saber que siempre podía contar con ellos, sin importar nada. Cuando me llevaban de urgencia al hospital, no pude evitar sentirme asustada y sola. Sin embargo, mi familia estuvo conmigo en cada paso del camino. En las tres semanas siguientes, mientras estaba en el hospital pasando por experiencias que nunca imaginé posibles, ellos nunca se apartaron de mi lado. Estuvieron conmigo en cada análisis y en cada contratiempo.

El corazón se me llena de gratitud cuando pienso en el apoyo y el amor inquebrantables que mi familia me ha demostrado. Vinieron al hospital todos los días, incluso cuando yo estaba apenas consciente y con dolor. Durmieron conmigo en la habitación del hospital, ofreciéndome consuelo y apoyo durante los momentos más sombríos de la enfermedad. Cuando llegó la hora de mi primera cita en Moffitt estuvieron a mi lado, tomándome de la mano y ofreciendo palabras de aliento.

Nunca se separaron de mí durante las quimioterapias. Sus acciones demostraron con elocuencia el amor que me tienen. El corazón me rebosa de agradecimiento por su apoyo y cariño incondicionales. Las expresiones de amor y apoyo, ya sean gestos sencillos o grandes



demostraciones, pueden dejar huellas enormes en quienes las reciben.

En tiempos difíciles, por ejemplo, cuando hay un diagnóstico de cáncer, el amor y el apoyo de la familia pueden ser particularmente importantes. Son un faro de esperanza y fortaleza. Es una bendición tener un sistema de apoyo tan sólido y confiable. Ellos me inspiran gratitud todos los días. El amor y el apoyo que he recibido me motivaron a ofrecerme de voluntaria. Me he propuesto tratar de corresponderle a la comunidad afectada por el cáncer ahora que mi experiencia continúa con la remisión.

En Moffitt se ofrecen grupos de apoyo en los que usted puede hablar con personas que han tenido cáncer. Llame a Trabajo Social, al (813) 745-8407 o visite [Moffitt.org/Gruposdeapoyo](https://www.moffitt.org/Gruposdeapoyo) si desea información sobre los grupos de apoyo que están a su alcance.



Nos interesan sus opiniones

Si desea hablar de sus experiencias, ofrecer opiniones o suscribirse a nuestro boletín, escriba a PatientAdvisors@Moffitt.org o llame al (813) 745-2963.

Consulte el calendario de Moffitt

En Moffitt se ofrecen diversas actividades virtuales y en persona. En ellas usted puede obtener información y establecer contacto con otros pacientes y cuidadores. Si desea ver una lista completa de las próximas actividades, visite [Moffitt.org/Calendar](https://www.moffitt.org/Calendar).

«Mamá, tengo cáncer»: la odisea de una familia

Susan Brill, familiar asesora de la Junta Consultiva de Pacientes y sus Familias, y voluntaria del año

Ya he oído dos veces estas palabras terribles: «Usted tiene cáncer». Pero lo que es aún peor es que un hijo nos diga: «Mamá, tengo cáncer». Nuestro hijo de 44 años, casado con una mujer maravillosa y con dos hijos adolescentes muy activos, llevaba una vida atareada. Por desgracia, sufría de enfermedad por reflujo gastroesofágico (ERGE), que luego se transformó en esófago de Barrett, una afección en la que el esófago se lesiona por la exposición prolongada al ácido del estómago.

Yo esperé, nerviosa, a que el médico hiciera una biopsia. Esperaba que hubiera buenas noticias, pero luego me llamaron a su habitación. Mi hijo y su esposa estaban llorando, y luego dijeron esa palabra: «cáncer». Tenía que ser fuerte por ellos, así que no vieron mis lágrimas en ese momento. Las reservé para cuando estuve sola, de noche.

Debido a las restricciones de la pandemia de COVID, tuvimos que dejar a mi hijo solo en Moffitt a las 5:30 a. m. para que el doctor Pimiento, un cirujano maravilloso, le extirpara una parte del esófago. Esa mañana me sentí vacía y llena de ansiedad. Después de la operación siguieron meses de quimioterapia, y luego, de inmunoterapia. Yo me mantuve ocupada ayudando lo más posible. Lo llevaba a la quimioterapia, recogía sus medicamentos y hacía lo que se necesitara para aliviar su carga.

Dejaba el teléfono sobre la almohada para responder a las llamadas que me hacía tarde, por la noche. Oír el temor y la ansiedad en su voz me rompía el corazón de madre. Mi hijo recuperó la fortaleza lentamente durante los días de

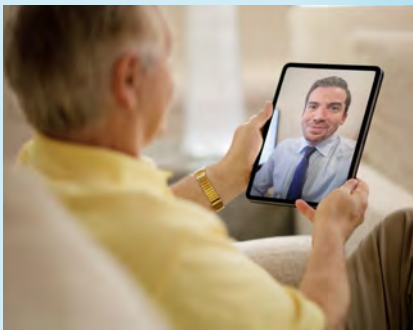


Susan y su hijo Jonathan.

la COVID, mientras sus hijos tomaban clases virtuales y su esposa trabajaba desde la mesa de la cocina. En la burbuja de seguridad que lo protegía de la COVID se incluía solo a su familia inmediata, a mi esposo y a mí.

Me hace feliz decir que sus pruebas de imagen se ven muy bien. Me quedaría corta si les digo que estoy orgullosa de mi hijo, el superviviente. Lo que sostuvo a mi familia durante este período difícil fueron el amor, las oraciones y la esperanza que Moffitt nos dio.

En Moffitt ofrecemos muchos servicios para el cuidador, entre ellos el grupo de apoyo para familiares y amigos. Si desea más información, visite [Moffitt.org/Gruposdeapoyo](https://www.moffitt.org/Gruposdeapoyo) o llame al (813) 745-8407.



CHARLE CON LOS EXPERTOS

Comuníquese con expertos de Moffitt y entérese de información importante para el paciente y el cuidador. Las sesiones se realizan por Zoom los martes y miércoles, de las 10:00 a las 10:30 a. m.

Para inscribirse, visite [Moffitt.org/Charleconlosexpertos](https://www.moffitt.org/Charleconlosexpertos) o llame al (813) 745-1690.

RECURSOS DE MOFFITT para el paciente y el cuidador

Marque su calendario

De septiembre a noviembre

Relajación y meditación virtual para aliviar el estrés (813) 745-6052

Por Zoom. Se debe confirmar la asistencia.

Miércoles a las 12:15 p. m.

Moffitt.org/ Meditación

Yoga suave reconstituyente, clase virtual (813) 745-6052

Por Zoom. Se debe confirmar la asistencia.

Martes a las 11 a. m. y jueves a las 2 p. m.

Moffitt.org/Yoga

Estudio de arte abierto en Magnolia | (813) 745-8407

En persona, en el campus de Magnolia. No se requiere confirmar la asistencia. 3.º piso, estudio de Arte y Medicina

De lunes a viernes, de las 9:30 a. m. a las 4 p. m.

ArtsinMedicine@Moffitt.org

Estudio de arte abierto en McKinley | (813) 745-8407

En persona, en el campus de McKinley. No se requiere confirmar la asistencia.

1.º piso, Centro para el Paciente y la Familia.

De lunes a viernes, de las 8:30 a. m. a las 5 p. m.

ArtsinMedicine@Moffitt.org

Orientación para pacientes y familias (813) 745-1690

Virtual y en persona. Se debe confirmar la asistencia.

De lunes a viernes, a las 2 p. m. o con cita previa

PatientLibrary@Moffitt.org

Sesión virtual de «Charle con los expertos» (813) 745-1690

Por Zoom. Se debe confirmar la asistencia.

Martes y miércoles, de las 10:00 a las 10:30 a. m.

PatientLibrary@Moffitt.org

Grupos de apoyo para el paciente y la familia

Por su comodidad, ofrecemos grupos de apoyo por Zoom. Si desea más información sobre los grupos de apoyo o quiere inscribirse, visite Moffitt.org/Gruposdeapoyo o llame a la oficina de Trabajo Social, al **(813) 745-8407**.

Grupo de apoyo para personas con cáncer

Reuniones semanales para pacientes con cualquier tipo de cáncer. Permiten relacionarse y darse apoyo mutuo. Se llevan a cabo todos los martes, de 1 a 2 p. m. por Zoom.

Grupo de apoyo para familiares y amigos

Reuniones semanales para familiares y cuidadores de personas con cualquier tipo de cáncer. Les permite relacionarse con otras personas que están en la misma situación y darse apoyo mutuo. Todos los miércoles, de 1 a 2 p. m. por Zoom.

Grupo de apoyo para personas con cáncer metastásico de mama

Reúnase con otras personas a quienes les han diagnosticado cáncer metastásico de mama en estadio IV para apoyarse mutuamente. Se llevan a cabo todos los martes, de 11 a. m a 12 p. m. por Zoom.

Grupo de apoyo para personas con cáncer de mama

Grupo de apoyo mensual con personas a quienes les han diagnosticado cáncer de mama. Se reúne el 1.º martes de cada mes, de 6 a 7 p. m. por Zoom.

«Las familias primero» (Families First): la crianza de los hijos durante la vivencia del cáncer

Grupo de apoyo para personas que crían a sus hijos pequeños y adolescentes mientras se enfrentan al cáncer. Se reúne el 3.º miércoles de cada mes, de 4 a 5 p.m. por Zoom.

Grupo de apoyo del Programa de Supervivencia

Reunión mensual para relacionarse con personas que están en la misma situación y darse apoyo mutuo. Se realiza el último martes de cada mes, de 1 a 2 p. m., por Zoom.

Hallar el camino a través de la pérdida y el duelo

Grupo de apoyo de 8 semanas de duración para familiares y cuidadores cuyo ser querido ha muerto de cáncer mientras recibía tratamiento en Moffitt.

Afrontar el temor a la recurrencia

Sean Powell, trabajador social y director de Gestión de la Atención Médica

Al comienzo de mi carrera de trabajador social de oncología, atendí a una paciente a quien le acababan de diagnosticar un cáncer genitourinario. Las palabras con que describió sus emociones en el momento del diagnóstico se han quedado conmigo hasta hoy: «Yo iba a lo mío, y de repente se me cruzó la vida por el camino». Creo que cualquier persona que haya tenido un diagnóstico de cáncer puede identificarse con su experiencia. El cáncer aparece de la nada y lo cambia todo.

Muchos pacientes reciben tratamiento y al final oyen las palabras que anhelaban: «Está en remisión» o «Lo eliminamos todo». Ese es un momento de celebración, alivio y gratitud. Por fin termina la experiencia aterradora.

Sin embargo, puede sentirse inquietud cuando se acercan el seguimiento, los análisis y pruebas de imagen de vigilancia, o el aniversario de la fecha de diagnóstico. ¿Qué tal que el cáncer haya vuelto a aparecer? Antes había llegado de la nada. Es razonable pensar que eso pueda volver a suceder. El paciente puede sentir una gama de emociones, que abarca el temor, la ansiedad y el pánico. Quizá note que está irritable o que le cuesta trabajo dormir o concentrarse. Esto es completamente normal. A los seres humanos les encanta controlarlo todo, pero esto es algo que no pueden controlar, lo cual lleva al temor y la incertidumbre.



Se puede hacer algo para controlar estas emociones y experiencias. En un estudio reciente publicado en la revista de la Sociedad Estadounidense de Oncología Clínica (ASCO), se descubrió que los pacientes que temían la recurrencia pero iban a un grupo de apoyo, hablaban con un trabajador social o capellán, o buscaban el apoyo de asesores de confianza decían sentir menos temor de las citas y pruebas de seguimiento. Y los efectos duraban mucho: hasta siete u ocho meses después de haber utilizado un recurso de apoyo.



En Moffitt hay varios recursos que pueden ayudarle si tiene temor a la recurrencia. En todas las sedes hay trabajadores sociales de oncología y capellanes certificados que están a su disposición para conversaciones individuales. Ofrecemos grupos de apoyo a los que pueden asistir todos los pacientes de Moffitt desde la comodidad de su hogar por Zoom. Además, podemos remitirle a recursos en la comunidad, como Imerman Angels, una organización que le empareja con voluntarios que son supervivientes de cáncer y pueden identificarse con su experiencia.

Si desea comunicarse con alguno de estos programas, llame al (813) 745-8407.

¿Eres una persona joven con cáncer?

Amber Skinner, administradora del Programa para Adolescentes y Jóvenes

El Programa para Adolescentes y Jóvenes de Moffitt se creó en 2011 para atender las necesidades especiales de estos pacientes, cuyas edades se encuentran entre los 15 y los 39 años, y para ayudarlos a establecer vínculos con otros pacientes de cáncer de la misma edad. La misión del programa es mejorar la experiencia del tratamiento del cáncer y los resultados a largo plazo en los jóvenes con cáncer, garantizando que tanto los pacientes como los supervivientes adolescentes y jóvenes de Moffitt tengan acceso a recursos, servicios y actividades propios de su edad. Este programa interdisciplinario cuenta con oncólogos médicos, radiólogos, anatomopatólogos, oncólogos radioterápicos, cirujanos ortopédicos y oncológicos, enfermeros especialistas, enfermeros diplomados, trabajadores sociales, investigadores, otros profesionales y un grupo de defensa (Comité de Embajadores).

Ofrece varios programas para estimular la participación y el apoyo de todos los pacientes adolescentes y jóvenes de Moffitt y de su

zona de cobertura. Entre ellos se cuentan la sala Swim America, las actividades sociales que se realizan cada mes en la bahía de Tampa, las actividades educativas trimestrales, las oportunidades de defensa del paciente, y el acceso a información, ayuda

económica y recursos sobre la conservación de la fertilidad.

El Programa para Adolescentes y Jóvenes cuenta con muchos subcomités diseñados para abordar las necesidades propias y especiales

de esta población, entre

ellos, subcomités que se dedican a la educación del paciente, la fertilidad, los temas psicosociales, la defensa del paciente y los temas de enfermería.



Si desea más información sobre el programa, incluida la sala de recreación de Moffitt en Magnolia, los paquetes de recursos, los boletines y las actividades programadas, escriba por correo electrónico a AYA@Moffitt.org o visite Moffitt.org/adolescentesyjovenes.

¿Sabía usted que...?

Moffitt colabora con tres consultorios de conservación de la fertilidad de la zona de la bahía de Tampa para ofrecer ayuda económica a pacientes necesitados para ciertos servicios. Hable con el trabajador social para saber qué recursos están a su disposición. Llame a la oficina de Trabajo Social, al (813) 745-8407, si desea más información.



Cómo hablar con el médico sobre el sexo

Dra. Kristine Donovan, psicóloga de Cuidados Complementarios y de Apoyo

Un diagnóstico de cáncer provoca un aluvión de pensamientos, emociones y preguntas.

¿Voy a quedar con vida?

¿Podré tener hijos? ¿Qué tal que no pueda trabajar durante el tratamiento? ¿Cómo les contaré a mis hijos? Una pregunta muy importante que no siempre está entre las prioritarias, pero debería, es: «¿cómo afectarán mi vida sexual el cáncer y el tratamiento?».

Quizá el sexo no sea un tema de importancia después del diagnóstico, y hay que reconocer que algunas personas podrían sentirse culpables de pensar en el sexo cuando la prioridad es sobrevivir. El sexo y la intimidad son componentes importantes de la experiencia humana y contribuyen mucho a la calidad de vida. Saber los efectos del cáncer en estos aspectos y las opciones que usted tiene a su disposición le da autonomía para hacer de las decisiones una realidad y garantizar una buena calidad de vida. Claro que hablar de la salud sexual puede ser difícil para pacientes y cuidadores, especialmente si no está seguro de cómo responderá el médico.

Comience por saber que es frecuente que el cáncer afecte la salud sexual y que el médico lo sabe. Luego, coméntele al médico una preocupación concreta al comienzo de la siguiente consulta. Dígale que su salud sexual es importante para usted y que tiene una inquietud de la que quiere hablarle.

Escriba el problema que le preocupa y declare que le gustaría finalizar la consulta con sugerencias específicas sobre cómo solucionarlo. Esto le servirá si cree que va a sentir ansiedad o incomodidad. Por ejemplo, podría decir: «He notado que mi grado de deseo sexual ha disminuido mucho desde que comencé a tomar el medicamento que me recetaron. Me gustaría entender la razón. Y me gustaría que me diera sugerencias sobre cómo resolverlo».

Ir con su cónyuge o pareja hará que se sienta apoyado. Además, esta persona puede ayudarle a recordar lo que se hable. Si

el médico parece no prestarle atención o no puede ofrecer sugerencias específicas, pídale que le remita a alguien con experiencia en salud sexual, por ejemplo, un profesional médico o de enfermería, o un asesor que le ayude a abordar la salud sexual de su relación de pareja.

Por último, pida recursos que se refieran concretamente al efecto del cáncer en la salud sexual. Sea persistente. Entretanto, sepa que la salud sexual es un aspecto importante de la calidad de vida de muchos pacientes y que los profesionales de la salud quieren hablar con usted del tema.

Visite <https://www.cancer.org/es/cancer/como-sobrellevar-el-cancer/efectos-secundarios.html> para saber cómo controlar los efectos secundarios relacionados con el cáncer, entre ellos, los que tienen que ver con la fertilidad y con la vida sexual.

SU OPINIÓN IMPORTA

Entérese de cómo influyen sus opiniones en la experiencia que viven los pacientes.

Pregunte acerca de la Junta Consultiva de Pacientes y sus Familias en **PatientAdvisors@Moffitt.org**.



La planificación anticipada de la atención médica: el mejor regalo para su familia

Kristen Modesitt, trabajadora social titulada

A muchas personas les parece que hablar sobre asuntos relacionados con el final de la vida con los familiares y amigos puede ser difícil y lleno de emociones. Tener esta conversación y documentar sus deseos disminuye el estrés y la angustia por su familia en caso de que alguien tenga que hacerse cargo de tomar decisiones sobre su atención médica.

La planificación anticipada de la atención médica es el proceso de pensar en sus deseos si tuviera una enfermedad o lesión repentina, o una enfermedad crónica que le acorte la vida. Documentar sus deseos en esta planificación le da al equipo médico y a quienes toman las decisiones en su nombre las instrucciones precisas de lo que usted querría que pasara.

Cualquier persona puede participar en las conversaciones sobre la planificación anticipada de la atención médica. Sin embargo, es importante revisar este documento con la persona a quien designará como suplente para asuntos relacionados con la atención médica y expresarle sus deseos, porque esta persona será quien ejecute sus deseos.

En el documento hay dos partes: el suplente para asuntos relacionados con la atención médica y el testamento vital.

El suplente para asuntos relacionados con la atención médica es su vocero; alguien de su confianza que expresará sus deseos al equipo médico si usted no puede hacerlo por su cuenta. Se recomienda dialogar con frecuencia con la persona a quien elija de suplente para que esté al tanto de sus deseos a medida que sus preferencias y circunstancias cambien.



En el testamento vital, sus deseos y preferencias indicarán el tipo de tratamiento que querría o no querría recibir para prolongar la vida si no fuera posible curarse y mejorar. Usted querrá que su suplente para asuntos relacionados con la atención médica y los profesionales médicos cumplan estos deseos si usted no puede comunicarlos.

Siempre es importante seleccionar un suplente para asuntos relacionados con la atención médica que pueda honrar sus decisiones, porque sus preferencias de tratamiento podrían no cumplirse si esta persona decide lo contrario.

La planificación anticipada de la atención médica es un regalo que usted puede darle a su familia porque ellos sabrán sus deseos y honrarán las decisiones que usted ha tomado. En Moffitt le exhortamos a hablar con su familia y con las personas que participan en su atención médica, y que pida que los coordinadores certificados en la planificación anticipada de la atención médica le ayuden en el proceso.

Para comunicarse con uno de los coordinadores y pedir ayuda, llame a Servicios de Apoyo al Paciente, al (813) 745-8407.



Programe la planificación anticipada de la atención médica

Los coordinadores certificados de Moffitt en la planificación anticipada de la atención médica están dispuestos a ayudarles a usted y a su familia en el proceso. Si quiere programar una reunión de planificación o desea más información, llame a la oficina de Trabajo Social y Atención Espiritual, al **(813) 745-8407**.

Un solo método no sirve para todos: el Programa de Oncología Geriátrica

Dra. Christine Sam, oncóloga geriátrica

Los años dorados de la vida de una persona deben ser exactamente eso: dorados. A menudo soñamos con viajes, con explorar pasatiempos y con pasar tiempo con la familia y los amigos. El diagnóstico de cáncer puede volver añicos estos planes y provocar incertidumbre. En mi trabajo de oncóloga de la población geriátrica, veo las preguntas en los ojos de mis pacientes. Por ejemplo: «¿Cómo nos va a afectar este diagnóstico a mi familia y a mí? ¿Voy a poder afrontar el tratamiento del cáncer y mantener una buena calidad de vida?».

En Moffitt reconocemos que los pacientes mayores pueden tener diferentes dificultades de salud, objetivos y prioridades de vida que se deben tener en cuenta al planificar el tratamiento del cáncer. Aquí entra en escena el Programa de Oncología Geriátrica. No creemos que la edad sola defina si los pacientes pueden recibir tratamiento para el cáncer, y no hay un solo método que sirva para todos. El Programa de Oncología Geriátrica de Moffitt es para pacientes de 70 años y más que necesitan a un oncólogo médico que se especialice en la atención de personas mayores. Los pacientes pueden venir remitidos por otro profesional médico o se pueden remitir ellos mismos.



Utilizamos un sistema preventivo y fundamentado en pruebas para evaluar a los pacientes y escoger planes de tratamiento que equilibren los efectos secundarios y la eficacia, ya que las personas mayores a veces corren más riesgo de sufrir efectos nocivos del cáncer y del tratamiento. Para ello utilizamos un modelo interdisciplinario en el que los médicos trabajan en colaboración estrecha con farmacéuticos, enfermeros, especialistas en nutrición, trabajadores sociales y otros para reconocer y abordar los obstáculos que impiden la atención, aumentar al máximo la funcionalidad física y, en última instancia, personalizar el tratamiento según los objetivos y valores particulares de cada paciente. Es un privilegio para nosotros atender a la población geriátrica, y estamos esforzándonos continuamente por mejorar el acceso a ensayos clínicos y por optimizar los protocolos de tratamiento.

Visite [Moffitt.org/Geriatria](https://www.moffitt.org/Geriatria) si desea más información sobre el Programa de Oncología Geriátrica de Moffitt.

Consejos para prevenir caídas

Vicki Vann, especialista en educación del paciente

Uno puede caerse a cualquier edad y en cualquier momento. Las caídas involuntarias son la principal causa de lesión y muerte de los estadounidenses de más de 65 años. El riesgo de caerse es mayor en las personas de edad avanzada, pero los pacientes de cáncer también corren un riesgo alto de sufrir una lesión por una caída. Las caídas pueden causar problemas graves de salud y dar lugar a menos independencia.



¿Sabía usted que...?

- Más de la mitad de las caídas suceden en la casa.
- Ir al baño sin ayuda es una causa frecuente de caídas.
- La quimioterapia puede causar un descenso de la cifra de plaquetas. Una persona que tenga plaquetas bajas puede sangrar con más facilidad después de una caída.
- Algunos quimioterápicos y otros fármacos pueden lesionar los nervios de los pies, causando dolor y entumecimiento que entorpecen la capacidad para caminar.

Varios factores elevan el riesgo de sufrir caídas:

- La dificultad para caminar, en particular, por entumecimiento u hormigueo de los pies causado por los efectos secundarios del tratamiento
- La confianza excesiva de poder levantarse de la cama sin ayuda cuando está hospitalizado
- Haberse caído antes
- La inactividad o el tiempo excesivo en cama
- La debilidad o el mareo
- Ciertos medicamentos. Entérese de los posibles efectos secundarios de todos los medicamentos que toma.

Qué puede hacer para prevenir caídas

- Lleve a un familiar o amigo a sus citas o cuando salga de casa.
- Póngase las gafas y los audífonos, si los usa.
- Use calzado práctico. Evite las chanclas y los zapatos sin puntera.
- Pida ayuda si se siente débil, aturdido, somnoliento o mareado.
- Use alfombras antideslizantes.
- No use escalerillas ni escaleras de mano.

Si se cae, conserve la calma y trate de no angustiarse. Si está en el hospital, no se mueva. Grite para pedir ayuda u oprima el botón para llamar al personal de enfermería. No trate de moverse sin la ayuda de un integrante del equipo que le atiende. Si está en casa, use el celular o un dispositivo de alerta para pedir ayuda. Infórmele al médico y a su familia que se ha caído. Si vino a someterse a una técnica que requiere sedantes, podríamos pedirle que use silla de ruedas durante toda su estadía en Moffitt y hasta que esté a salvo en el vehículo que le llevará a casa.

Visite <https://www.ncoa.org/article/video-6-steps-to-preventing-a-fall-spanish> si desea más información sobre cómo prevenir caídas.



¿Le han recetado una quimioterapia nueva para llevar a casa?

¡Buenas noticias! En la farmacia especializada de Moffitt proporcionamos estos medicamentos con un excelente servicio al cliente y con el apoyo experto de nuestros auxiliares. Podemos formar parte integral de su equipo de tratamiento.

Más información:

Teléfono: **(813) 745-7354**
Llame gratis: **(866) 409-6670**

Correo electrónico: **PharmSpecialty@Moffitt.org**
Página web: **Moffitt.org/Farmaciaspecializada**



Orientación para pacientes y familias

Aprenda a:

- Usar los servicios y programas de apoyo de Moffitt
- Colaborar con el equipo de profesionales que le atiende
- Orientarse por Moffitt

- Sesiones virtuales a las 2 p.m. los días entre semana
- Sesiones en persona a solicitud del interesado
- Cada sesión consiste en una presentación de 30 minutos y un período para responder preguntas.
- Se presenta en inglés y español.
- Consulte nuestra página en MOFFITT.org/Orientación.

(813) 745-1690
Orientation@Moffitt.org

ENLACES

JUNTA EDITORIAL

Directora editorial:
Jacqueline Beaushaw

Diseño gráfico:
Moffitt Strategic Marketing

Traducción:
Servicio de Traducción e Interpretación de Moffitt

Junta editorial:
Patti Halula (copresidenta)
Prado Antolino
Kenisha Avery
Anne Bidelman
Pam Duncan
Kristen Modesitt
Shani Parkin (paciente asesora)
Cristina Pérez
Sean Powell
Amanda Sangster
Cathy Schaffer (paciente asesora)
Amber Skinner

Junta Consultiva de Pacientes y sus Familias

Charlie Agurcia
Joyce Austin
Susan Brill
Bárbara Cruz
David Dauman (copresidente)
Amanda Dugger
Kerrijo Ellis
Danni Gallagher
Ron Giovannelli
Yvette Gray
Patti Halula (copresidenta)
Randy Isaacson
Zoe Marcus
Reggie Mead
Barney Morris
Shani Parkin
Mark Pizzo
Rae Sawyer

Si desea participar para que Moffitt pueda ofrecer lo mejor a todos los pacientes y familias, comuníquese con el Programa Consultivo de Pacientes y sus Familias escribiendo a PatientAdvisors@Moffitt.org o llamando al (813) 745-2963.

