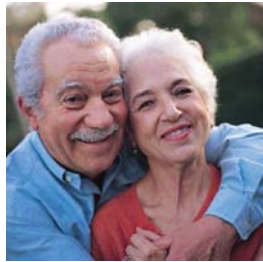
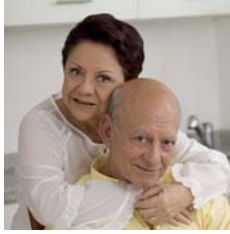



Información

Para Pacientes Recien Diagnosticados Con Cáncer



Nombre

Médico



La misión del Instituto de Prevención del Cáncer de California es la prevención del cáncer y la reducción del agobio asociado con el cáncer cuando no se puede prevenir. Nosotros estudiamos los patrones del cáncer en poblaciones, e intentamos identificar cuales grupos de personas tienen más riesgo de desarrollar esta enfermedad. Nuestros investigadores científicos son líderes en la investigación de las causas del cáncer. CPIC también opera el Registro de Cáncer del Área de la Bahía (GBACR). Nuestro Programa de Educación Comunitaria provee seminarios, publicaciones, sitio de Internet e información de recursos para ayudar a individuos.

CPIC trabaja con agencias, universidades y centros de cáncer en todo el mundo, y tiene una asociación formal con el Centro de Cáncer de Stanford.

Si tiene comentarios o sugerencias adicionales para mejorar esta publicación, nos gustaría escucharlos. Favor de mandar comentarios/sugerencias a education@cpic.org, o al domicilio adjunto.

Instituto de Prevención del Cáncer de California
Educación de la Comunidad

2201 Walnut Avenue, Suite 300

Fremont, California 94538

Tel: 510.608.5000 • Fax: 510.608.5100

www.cpic.org



CANCER PREVENTION INSTITUTE
OF CALIFORNIA

Preventing Cancer. Promoting Life.

Derechos de Autor (Copyright) 2009 © Instituto de Prevención del Cáncer de California, revisado 2010.

Publicación pagada por los contribuyentes del CPIC donantes, Centro de Cáncer de Stanford.

Introducción.....	iii
Valiosa Información.....	I
Sugerencias de otros Pacientes y Familias.....	6
Recursos sobre Informaciones.....	8
Publicaciones CPIC.....	11
Medicamentos.....	12
Lista de Medicinas del Paciente.....	13
Declaración de los Derechos del Paciente.....	14



INTRODUCCIÓN

Cuando uno entiende el tipo de cáncer que tiene y el tratamiento que su médico le ha recomendado, uno puede comunicarse y hacer mejores decisiones. Uno debe trabajar con su médico y miembros de su equipo médico muy de cerca. En su “equipo” puede haber médicos, enfermeras, dietistas (expertas en dieta y nutrición), sicólogos, trabajadores(as) sociales, terapéutas físicos y demás. Y, claro, usted e/la paciente.

El cáncer es una enfermedad que no sólo afecta el cuerpo si no que también afecta la mente y el espíritu por eso es importante tratar al “paciente entero.” Esperamos que la información y preguntas que le sugerimos aquí le sean útiles. Le animamos a que haga preguntas a su(s) médico(s) y miembros de su equipo de atención médica.

No olvide que su cultura y su familia pueden influenciar la manera en que usted considera su enfermedad, su tratamiento y las decisiones que usted tome. Platique con su médico sobre este aspecto.

Una vez que su médico le haya dado su diagnóstico y plan de tratamiento, tal vez usted quiera consultar con otro médico para una segunda opinión antes de empezar el tratamiento. Usted puede pedir a otro oncológo que revise su expediente y documentos relacionados con su caso. Una segunda opinión puede confirmar o sugerir cambios al plan que su médico le haya recomendado. Una segunda opinión le hará sentir más confianza y seguridad porque que ha explorado otras opciones y, tal vez tenga otras respuestas a sus preguntas. Obtener una segunda opinión es común y la mayoría de los médicos agradecen los puntos de vista de otro médico.

Si la información médica es difícil de comprender-por miedo, idioma, nivel de educación, o el vocabulario usado- dígaselo a su proveedor medico. Pida que se lo expliquen.

PRUEBAS CLÍNICAS

Pruebas Clínicas son estudios de investigación que buscan respuestas a preguntas científicas. Estas pruebas se usan para buscar métodos de prevención, estudios, diagnósticos y tratamientos de una enfermedad. La participación en pruebas clínicas es totalmente voluntaria. Si a usted le interesa participar en alguna prueba, pregúntele a su médico si sabe de alguna prueba que investigue el tipo de cáncer que usted padece y que le explique lo que la prueba requiere.

INTÉRPRETE

Asegúrese de informar a su médico y al personal médico si el inglés no es su primer idioma y necesita intérprete. Usted recibirá la ayuda que necesita.

Apuntes: _____

VALIOSA INFORMACIÓN

Nombre de mi médico: _____

Número de teléfono: () _____

El nombre/número de mi enfermera es: () _____

El nombre/número de la recepcionista es: () _____

Números de teléfono a donde llamar cuando el consultorio está cerrado, durante los

fines de semana y días feriados: () _____

() _____

Domicilio del consultorio de mi médico: _____

Fax: _____ Correo electrónico: _____

Mi diagnosis es: _____

El plan de mi _____

tratamiento es: _____

Apuntes: _____



Los efectos secundarios que siento siempre después de mi tratamiento son:

(Pregunte cuánto tiempo pueden durar los efectos secundarios y cómo los puede manejar cuando ocurran.)

Efectos secundarios que debo reportar inmediatamente a mi médico son:

Si tengo preguntas o preocupaciones sobre mi tratamiento médico, debo llamar a

nombre: () _____
al () _____

Si siento miedo o ansiedad y quiero hablar con alguien, debo llamar a

nombre: () _____
al () _____
nombre: () _____
al () _____

Apuntes: _____

En los fines de semana, puedo llamar a

nombre: () _____

al () _____

Mientras estoy en tratamiento, debo alimentarme con comidas nutritiva/cómo: _____

Mientras estoy en tratamiento, debo evitar comer estas comidas: _____

Si no puedo dormir, puedo hacer lo siguiente: _____

Si decido asistir a un grupo de apoyo, puedo ir a uno en: _____

Si necesito un intérprete médico, puedo llamar a

nombre: () _____

al () _____

Apuntes: _____



OTROS NOMBRES Y NÚMEROS DE TELÉFONO NECESARIOS:

NOMBRE

TELÉFONO

Médico principal: _____

Cirujano: _____

Farmacéutico: _____

Oncólogo: _____

Oncólogo de Radiación: _____

Enfermera: _____

Dietista (Experta(o) en dieta y nutrición): _____

Trabajador(a) Social: _____

Terapeuta Física: _____

Lider de Grupo de Apoyo: _____

Compañía de Seguro Médico: _____

Persona de contacto: _____

Número de Póliza Médica: _____

Segúnda Compañía de Seguro Médico: _____

Persona de contacto: _____

Número de Póliza Médica: _____

Otros: _____

Aficionar copia por delante y por detras de su tarjeta de seguro aquí.

Favor de informar si su seguro requiere pre-certificación antes de obtener procedimientos, por ejemplo, radiografías.

CUANDO TERMINA EL TRATAMIENTO

Cuando termine su tratamiento, tal vez le digan que tiene que ver a otros médicos ademas de su oncológo. Es importante que usted tenga respuestas a las siguientes preguntas:

¿Cuándo termine con mi tratamiento, quién se va a encargar de mis necesidades médicas?

¿Oncólogo? _____

¿Médico principal? _____

¿Cirujano? _____

¿Puedo recibir una copia de mi plan de tratamiento? _____

¿Hay un plan de salud, por escrito, que puedo seguir? Si nadie está disponible, pídale uno a su médico. _____

Apuntes: _____

ABOGACÍA Y COMPRESION

Recibir un diagnóstico de cáncer puede ser espantoso y hacer que uno olvide todo lo que el médico le dice. Por esta razón uno debe pedirle a alguien que lo/a acompañe a sus citas para que le ayude a recordar lo que le dijo su médico. Si quiere llevar una grabadora, pregúntele a su médico si puede hacerlo, pues no a todos los médicos les gusta que les graben sus conversaciones. Usted debe identificar a un miembro de su familia o a un amigo(a) que le sirva de “abogado” y le ayude a tratar con el sistema médico para calmar su ansiedad.

COMUNICACIONES

Es probable que su “equipo” de Salud no esté situado en el mismo lugar y departamento. Según su tratamiento, usted tendrá que trabajar con una variedad de personal-oncólogo médico, cirujano, radiólogo, patólogo, enfermeras, trabajador(a) social, dietista (experta en dieta y nutrición), recepcionista de la clínica y demás. Para tratar con todas estas personas usted necesita saber comunicarse bien y tener paciencia.

Vaya preparado/a con preguntas para su médico. Lleve sus preguntas a su cita y haga sus preguntas, con las más importantes primero, pues puede ser que no alcance a hacer todas las preguntas que lleva. Respete el tiempo de su médico y asegúrese de escribir y entender las respuestas que su médico le dé.

No tenga miedo de hacer preguntas o preguntarle a su médico donde puede encontrar más información sobre sus preguntas. Recuerde que ser bien informado es muy importante. (Precaución sobre recursos médicos en el Internet.)

Si usted no se siente cómodo hablando con su médico y piensa que no puede llevarse bien con él/ella, dígaselo pronto. Puede ser que usted necesite que cambie su médico.

MEDICAMENTOS

Haga una lista de las medicinas que está tomando. No olvide apuntar las medicinas que su médico le recetó y las que usted compró sin receta, (como aspirina, ibuprofen, analgésicos, pastillas o jarabes para la tos y resfriados, vitaminas o suplementos de hierbas que toma aunque no formen parte de su tratamiento para el cáncer). Algunas medicinas pueden chocar con otras medicinas y causarle daño si las toma juntas. Su médico necesita saber lo que toma. Recuerde llevar su lista de medicinas a su médico para que lo discútan.

Nota: Vea la página 13 (en la parte de atrás de esta guía) para hacer la lista de sus medicamentos y dosis. Se recomienda que usted lleve esta lista y se la dé a cualquier personal médico que lo/a atienda.

RECURSOS DE INFORMACIÓN

Hay quienes quieren mucha información sobre su cáncer y su tratamiento, pero también hay otras personas que con poca información se conforman. Tener mucha o poca información sobre la enfermedad es cuestión personal. Si usted quiere más información sobre su enfermedad pídale a su médico que le diga donde encontrarla. Usted puede usar la lista de recursos en las siguientes páginas. La información que usted busca puede encontrarla en los libros, el Internet, o llamando a los números telefónicos disponible. Ésta es una lista corta y la información que se halla en ella es para complementar y no para sustituir la información que su médico le dé. Siempre consulte con su médico o pida consejos de un profesional médico antes de empezar a tomar un nuevo tratamiento o suplementos herbales. Siempre platique con su médico sobre cualquier malestar que sienta.

La Biblioteca de Salud de Stanford (con localidades en el Hospital de Stanford, Centro de Cáncer de Stanford, Centro de comercio de Stanford, Centro Comunitario Judío de la Familia Oshman.

650.725.8400 • www.healthlibrary.stanford.edu

Unas cuantas recomendaciones para empezar:

Libros (Estes libros son solamente disponible en ingles)

Everyone's Guide to Cancer Supportive Care (A Comprehensive Handbook for Patients and Their Families) by Ernest H. Rosenbaum and Isadora Rosenbaum, 2005.

This book includes information about cancer treatment, clinical trials, complementary and alternative medicine, treatment side effects, cancer-related fatigue, stress, cancer and sexuality, cancer and spirituality, nutrition and recipes, rehabilitation and fitness, support groups, planning, and challenges.

Everyone's Guide to Cancer Survivorship: A Road Map for Better Health by Ernest Rosenbaum, David Spiegel, Patricia Fobair, and Holly Gautier, 2007.

Information about post-cancer treatment issues, including lifestyle changes to improve health and longevity, what survivors need to know following anticancer therapy, how to manage the side effects of chemotherapy and radiation therapy and how to set goals for the future.

The Cancer-Fighting Kitchen: Nourishing, Big-Flavor Recipes for Cancer Treatment and Recovery by Rebecca Katz and Mat Edelson, 2009.

A full-color resource and cookbook for caregivers and patients. Addresses culinary ups and downs resulting from cancer treatment; information and recipes to provide delicious nourishment to cancer patients; practical solutions to taste bud changes and food intake challenges.

Servicios Telefónicos y de Internet

Muchos pacientes consultan el Internet para entender mejor su cáncer. Hay en el Internet inmensidad de información, pero a veces, puede confundir y no entenderse bien. No deje de comunicarse sus impresiones con su médico y su equipo de salud, si algo le preocupa.

Cancer Information Service:

1.800.4.CANCER (422.6237).

Un servicio a nivel nacional del Instituto Nacional del Cáncer y del Instituto Nacional de Salud.
www.cancer.gov

Sitio en confianza bilingüe es revisado seguido y está al día con lo más reciente en tratamientos, pruebas clínicas, y atención en casa. El servicio telefónico (en Inglés y Español) es de lunes a viernes 8 de la mañana hasta las 8 de la tarde. NCI (Instituto Nacional del Cáncer) también ofrece servicio de “mensajes instantáneos,” que se llama LiveHelp (también bilingüe), de lunes a viernes 8 de la mañana hasta las 11 de la noche, tiempo del éste.

Cancer Response Service

1.800.ACS.2345

www.cancer.org

Un servicio al nivel nacional de la Sociedad Americana del Cáncer, ofrece información y recursos en la comunidad.

Pruebas Clínicas

www.cancer.gov/clinicaltrials

Sitio de Internet del Instituto Nacional de Cáncer que ofrece resultados de pruebas clínicas en curso y ya terminadas, información sobre pruebas clínicas, y vigilancia segura, y mucho más.

Healthfinder.gov

www.healthfinder.gov

Sitio de Internet patrocinado por la Oficina de Prevención de Enfermedad y Promoción de Salud, el Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos. Un guía comprensivo y preciso de referencia inmediata para hierbas, drogas farmacéuticas, interacciones de drogas, educación de salud, recursos, bibliotecas, guías para el consumidor, organizaciones de salud y más, en Inglés y Español.

Medicina Complementaria y Alternativa

National Center for Complementary and Alternative Medicine

National Institutes of Health

P.O. Box 7923 • Gaithersburg, MD 20898

1.888.644.6226 • TTY: 1.866.464.3615

<http://nccam.nih.gov>

Información, investigación, pruebas clínicas, hierbas, suplementos, productos, información sobre la salud y entrenamiento CAM, en Inglés y Español.

Drug and Drug Interactions

Drug Digest

www.drugdigest.org

Sitio de Internet que no es comercial, ofrece información probada, consumidor de salud y información sobre el uso de hierbas y drogas.

Publicaciones disponibles a la orden de la Oficina de Educación para la Instituto de Prevención del Cáncer de California (Cancer Prevention Institute of California) son las siguientes. Para mas información o para pedir copia(s), favor de comunicarse a education@cpic.org o, al número 1.888.315.5988.

ESPAÑOL

Patrimonios: Planificación Anticipada *Una guía personal para la planificación del patrimonio.*

Un libro para asistir con los asuntos financieros y legales relacionados con la planificación de sus bienes/estado.

Guía Para el Desarrollo y Sustento de Grupos de Apoyo en Español

Para Latinas con Cáncer del Seno

Una referencia práctica para organizaciones y facilitadores de grupos.

Información para Pacientes Recien Diagnosticados con Cáncer*

Un folleto para pacientes recién diagnosticados para ayudarle organizar información sobre su tratamiento de cancer, contáctos y preguntas.

Viviendo con Cáncer

Una colección de observaciones y sugerencias para familias y amistades que viven con cáncer.

Sugerencias de parte de pacientes, familiares, amistades y profesionales de salud.

ENGLISH

A Guide to Developing and Sustaining Spanish Speaking Support Groups

For Latinas who have Breast Cancer

A practical reference for organizations and facilitators.

Estates: Planning Ahead *A personal manual for estate planning.*

A book to assist with financial and legal matters related to estate planning.

Living with Cancer: *A collection of observations and suggestions for families and friends*

Suggestions from patients, families, friends and health care professionals.

Information for Patients Recently Diagnosed with Cancer*

A booklet for newly diagnosed patients to help organize cancer treatment information, contacts and questions.

Using the Internet for Medical Advice

General guidelines and suggestions for finding and using qualified websites for medical information.

Working with Breast Cancer: *Workplace Guidelines and Solutions for Employers and Employees.*

Addresses employment law and breast cancer.

*** También disponible en Chino.**

MEDICAMENTOS

Lo que usted debe saber sobre sus medicamento(s):

¿Cuáles son los nombres y marcas de productos genéricos (comunes)?

¿Cuál es el propósito del medicamento?

¿Cómo es el medicamento? ¿Cómo se ve?

¿Cuál es la dosis?

¿Cómo debo tomar el medicamento?

¿Qué tan seguido debo tomar el medicamento?

¿Qué pasa si no tomo una dosis?

¿Tiene efectos secundarios este medicamento? ¿Qué son?

¿Qué debo hacer si tengo efectos secundarios?

¿Cuáles efectos secundarios debo reportar a mi médico?

¿Cuál es la reacción de éste medicamento con otros medicamentos, o con las comidas?

¿Qué debo evitar mientras tomo este medicamento? (Por ejemplo: alcohol, hierbas, ciertas comidas).

¿Cómo debo guardar este medicamento?

¿Qué restricciones de la rutina diaria hay mientras esté tomando éste medicamento? (Por ejemplo, manejar).

¿Es alérgico/a a (comidas, medicamentos)? Si es alérgico/a, asegúrese de decirle a su médico(a).

¿Toma usted medicamentos que compra sin receta? Si los toma, dígame a su médico.

Alivio para alergia, antialérgicos

Antiácidos

Aspirina, Tylenol, Ibuprofen

Medicinas para el catarro (resfriado) y la tos

Píldoras para perder peso (dieta)

Hierbas, suplementos dietéticos (de alimentación)

Laxantes

Píldoras para dormir

Vitaminas y Minerales

Otros: _____

Si tiene preguntas sobre sus medicamento(s) asegúrese de preguntar a su médico.

Apuntes: _____

Reconocimientos

Agradecimiento especial a Beatríz Bravo, LCSW, Nora Cain, Elizabeth Crown, Holly Gautier, RN, Natalie Huen, Sylvia Hutchison, RN, Theresa Koettters, RN, OCN, NP, Elaine Neufeldt y a familias y pacientes que nos dieron sus sugerencias y ánimo.

Diseño y producción: Mills Design, Mountain View, California

Por su asistencia en la traducción de

Inglés a Español

Carmen Johnson

Español a Inglés

Zenaida Valasquez

Revisóra Principal (edición Español)

Beatríz Bravo, LCSW

Revisóra y Manejadóra del Proyecto

Pamela Priest Naeve

Directóra, Educación Comunitaria

Centro de Cáncer del Instituto de Prevención del Cáncer de California

Para obtener más pequeños libros o permiso de reproducir porciones del presente, dirígase a 1.888.315.5988 o, a: education@cpic.org.

Para más ejemplares de esta guía o de otras publicaciones del CPIC comúníquese a:

Community Education

education@cpic.org or 1.888.315.5988

Cancer Prevention Institute of California

(Instituto de Prevención del Cáncer de California)

2201 Walnut Avenue, Suite 300 • Fremont, California 94538

Tel: 510.608.5000 • www.cpic.org

Apuntes: _____

La financiación para este folleto proporcionado por:



**CANCER PREVENTION INSTITUTE
OF CALIFORNIA**

Preventing Cancer. Promoting Life.



CANCER PREVENTION INSTITUTE OF CALIFORNIA
(Instituto de Prevención del Cáncer de California)
2201 Walnut Avenue, Suite 300 • Fremont, California 94538
Tel: 510.608.5000 • www.cpic.org