PLAN DE CUIDADO PARA SOBREVIVIENTES DE CÁNCER

Se estima que desde el 1 de enero del 2014, existen más de 14 millones de sobrevivientes de cáncer en los Estados Unidos. El Instituto Nacional del Cáncer define que una persona se convierte en sobreviviente de cáncer desde el momento de su diagnóstico y lo largo de su vida. Aún cuando los planes de cuidado para sobrevivientes de cáncer pueden ser usados en cualquier momento durante el periodo del cuidado médico, es más común que usted reciba un plan cuando termine su tratamiento. Un plan de cuidado para sobrevivientes de cáncer también puede ser útil para pacientes que están recibiendo un tratamiento de largo plazo.

Acerca de los planes de cuidado para sobrevivientes de cáncer

Un plan de cuidado para sobrevivientes de cáncer es una herramienta muy valiosa pues resume el tratamiento que usted ha recibido, y también le proporciona a usted y sus doctores en futuro una guía para monitorear y mantener en control su salud física y psicosocial. Un plan de cuidado para sobrevivientes de cáncer también le puede ayudar a entender cualquier otra necesidad que usted pueda tener después de su tratamiento.

¿Cuáles son las partes que un plan de cuidado para sobrevivientes de cáncer debe de tener para que sea efectivo?

- Resumen de su tratamiento: detalles de su diagnóstico de cáncer, información sobre los doctores que le atendieron, y cualquier otro tratamiento médico que usted recibió.
- Plan de seguimiento: información específica sobre sus necesidades continuas de salud, como controlar los efectos secundarios del tratamiento, señas de recurrencia, chequeos médicos, nutrición, ejercicio, quimio-prevención.
- Cuestiones psicosociales: relaciones personales, crianza de los hijos, sexualidad e intimidad, imagen de cuerpo, consejería genética, etc.
- Cuestiones prácticas: seguro de salud, trabajo, finanzas, etc.
- Recursos y referencias: información de organizaciones que ofrecen ayuda en relación con el cáncer, contactos de otros proveedores de salud, grupos de apoyo, etc.

¿Dónde y cómo puede obtener un plan de cuidado para sobrevivientes de cáncer?

1. Pregúntele a su equipo de atención médica si ellos le pueden proporcionar un plan de cuidado para sobrevivientes de cáncer. Es posible que en la instalación médica donde usted recibió su tratamiento tenga una clínica o programa para sobrevivientes de cáncer en donde le pueden ofrecer ayuda después que termine el tratamiento. Si es así, existe la posibilidad de que ahí tengan un proceso establecido para darle un plan de sobrevivencia. Si no es así, pregúntele a su equipo de atención médica si saben de una clínica/programa local para sobrevivientes, en donde le pueden dar un plan de cuidado para sobrevivientes de cáncer.
2. Llene su propio plan de cuidado para sobrevivientes de cáncer. Pueda que le tenga que pedirle una copia de su registro médico a el equipo encargado de su atención médica. Hay dos sitos de internet que están disponibles para usted y le pueden ayudar a crear su propio plan de cuidado para sobrevivientes de cáncer:
   - City of Hope plan de cuidado para sobrevivientes en Español: http://goo.gl/4dzc0k
   - LIVESTRONG Plan de Cuidado impulsado por Penn Medicine's OncoLink en Español: http://goo.gl/505qTC

Si usted selecciona un plan que se enfoca en el resumen del tratamiento y el plan de seguimiento, pero no incluye los temas prácticos y psicosociales, entonces considere hablar con un trabajador social o alguna otra persona en su equipo de atención médica para que le ayude con estas y otras necesidades.

Para obtener más información acerca de sobrevivencia de cáncer y planes de cuidado para sobrevivientes, visite las páginas:

American Society of Clinical Oncology:
www.cancer.net/es/sobrevivencia y http://goo.gl/LbjnHf

CDOC California Dialogue on Cancer — Preventing Cancer & Saving Lives through Collaboration
CDPH California Department of Public Health
TRIAGE CANCER