



# #SPECIALIST



PARA LEER  
THE SPECIALIST  
EN ESPAÑOL ESCANEE  
EL CODIGO QR

## EDICIÓN DESTACADOS

**12** Enfermedad Celíaca  
Y Los Beneficios De  
Una Dieta Sin Gluten

**14** Celebrando  
El Superviviente De  
Cáncer En Tu Vida

**32** Hockey for Hope  
Enfrentarse Para Luchar  
Contra El Cáncer

# MENSAJE DEL CEO

Amigos,

Bienvenidos a la edición de junio de The Specialist. Al conmemorar el Día del Padre, es la oportunidad perfecta para crear conciencia sobre la importancia de la salud masculina y las medidas preventivas.

Este mes tiene que ver con la concientización sobre la salud masculina y destaca la importancia de la detección temprana, la prevención de enfermedades y el bienestar general de los hombres. Sin embargo, sirve como un recordatorio para que todos prioricen su salud al adoptar hábitos saludables, como mantener una dieta nutritiva, mantenerse físicamente activos, dejar de fumar y priorizar la salud mental.

En esta edición, destacamos la importancia de los exámenes de detección del cáncer de pulmón y los síntomas del cáncer de próstata, testículo y mama. Además, presentamos interesantes avances en tecnología médica al destacar el primer procedimiento de fusión lumbar percutánea mínimamente invasiva (PMILF, por sus siglas en inglés) en Long Island. Lo más importante es que honramos a los sobrevivientes de cáncer y compartimos la inspiradora historia de una paciente sobre cómo el diagnóstico de una mujer condujo a un documental inspirador.

También tenemos una serie de emocionantes eventos programados para las próximas semanas. Acompañénnos a seguir venciendo el cáncer juntos en nuestra comunidad.

Saludos cordiales,

Dr. V



## TABLA DE CONTENIDOS

5

### Salud

Descubra los nuevos equipos, procedimientos y tratamientos disponibles en la actualidad.

19

### Bienestar

Mantener una mentalidad positiva y la forma física mientras nuestros equipos asistenciales le ayudan en su viaje hacia el cáncer.

25

### Historias

Conozca a nuestros pacientes y sus familias a través de las historias que comparten.

29

### Boletín

Entérate de las novedades y de lo que ocurre en NYCBS.

## COMENTARIOS DE LOS PACIENTES

### Dr. Steven Gruenstein

Dr "G" es muy profesional, positivo, y para la preocupación de un paciente (como la mía). Él respeta a un paciente que busca un "viaje saludable". En mi reciente biopsia de médula ósea, el Dr. "G" me acompañó a través de la biopsia (sí, me dolió a pesar de usar Lidocaína mientras realizaba el TEST). Pero su compasión me ayudó mientras recogía mi muestra de médula ósea después de anestesiar la zona. Me acompañó durante la recolección ¡GRACIAS, Dr. Steven "G"!



### Dr. Helen Shum

Mi Dr. Shum es el mejor, sin duda. Ella es tan inteligente y atento a su salud que se preocupa por sus pacientes. Ella toma su tiempo y explica en detalle cómo curar cualquier dolencia y la mejor manera de prevenir cualquier otra enfermedad. La adoro.



### Dr. Amory Novoselac

Muy recomendable - es sincero, atento, y realmente se toma el tiempo para escuchar.

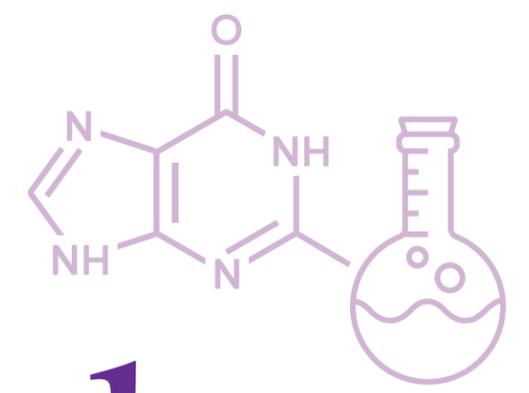




SECCIÓN

# 1 Salud

## ONCOLOGÍA Y MÁS



### 6 Cuidados Personales Para Cuidadores

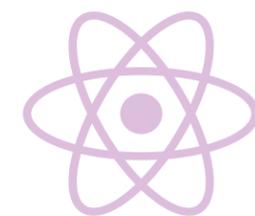
Cuidar es un acto de amor y compasión desinteresados, pero puede ser una tarea difícil y agotadora, tanto física como emocionalmente.

### 8 Importancia Del Chequeo Del Cáncer De Pulmón Para Su Detección E Intervención Precoz

El viejo refrán sigue siendo válido en este tema: más vale prevenir que curar. Tómese su tiempo para leer sobre los beneficios de la detección precoz.

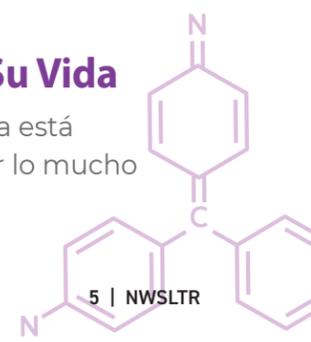
### 9 Priorizar El Bienestar De Los Hombres: Comprender Los Síntomas Del Cáncer De Próstata, Testículos Y Mama

Con demasiada frecuencia los hombres descuidan su salud por diversos motivos. Ahora es el momento de tomar el control y centrarse en la ayuda a los hombres.



### 14 Celebrar A Los Supervivientes De Cáncer En Su Vida

La vida es un regalo, pero una segunda oportunidad en la vida está hecha para disfrutarla mucho más. Mira dentro y hazles saber lo mucho que significan para nosotros.



# Autocuidado Para Los Cuidadores

Cuidar es un acto de amor y compasión desinteresados, pero puede ser una tarea difícil y agotadora, tanto física como emocionalmente. Si bien los cuidadores dedican la mayor parte de su tiempo y energía a cuidar a sus seres queridos, a menudo descuidan sus propias necesidades. Por lo tanto, es fundamental que los cuidadores se cuiden para evitar el agotamiento y mantener su propia salud y bienestar. Después de todo, uno no se puede servir de una taza vacía.

Here are some self-care suggestions for caregivers to help them maintain a healthy balance:

**Programa descansos periódicos y prioriza tus propias necesidades:** asegúrate de asistir a tus propias citas médicas y, además, programa descansos periódicos y prioriza tus propias necesidades. Es fundamental que te tomes un tiempo para ti y participes en actividades que te relajen y recarguen tus energías. Cosas simples como dar un paseo, leer un libro o simplemente sentarte al aire libre durante unos minutos pueden marcar una gran diferencia en tu bienestar. Recuerda, cuidarte a ti mismo es tan importante como cuidar a los demás.

**Practica la autocompasión:** los cuidadores a menudo se sienten culpables o egoístas por dedicar tiempo a sí mismos, pero es importante recordar que el autocuidado no es egoísta. De hecho, atender tus propias necesidades puede convertirte en un mejor cuidador al reducir el estrés y mejorar tu estado de ánimo.

**Conéctate con otras personas:** el cuidado puede ser aislado, por lo que es fundamental conectarte con amigos, familiares o grupos de apoyo. Hablar con otras personas que están pasando por experiencias similares puede brindar validación y apoyo.

**Prioriza los hábitos saludables:** aunque los cuidadores tienen poco tiempo para sí mismos, es importante priorizar hábitos saludables como comer bien, hacer ejercicio regularmente y dormir lo suficiente. Estos hábitos pueden mejorar tu estado de ánimo y tus niveles de energía, lo que facilita el cuidado de tu ser querido.



**Pide ayuda:** como cuidador, es importante reconocer cuándo te sientes abrumado o experimentas síntomas de depresión o ansiedad. No dudes en pedir ayuda. Puedes hablar con un ser querido de confianza para obtener apoyo o buscar la ayuda de un profesional. La terapia puede brindar un espacio seguro para hablar sobre tus experiencias y desarrollar estrategias de afrontamiento. Recuerda, pedir ayuda es una señal de fortaleza, no de debilidad.

**Pon límites:** los cuidadores a menudo sienten que tienen que estar disponibles 24/7, pero es importante poner límites y comunicar tus necesidades a tu ser querido. Puedes reducir el estrés y evitar el agotamiento al establecer expectativas realistas.

**Toma descansos:** Puede ser difícil tomar un descanso del cuidado, pero es importante priorizar tus propias necesidades. Ya sea una escapada de fin de semana o unas vacaciones cortas, tomarte un tiempo libre puede brindarte la relajación que tanto necesitas y el tiempo para recargar energías.

Ser cuidador de un ser querido es una experiencia difícil y gratificante. Sin embargo, es fundamental que los cuidadores prioricen su propio autocuidado. Recuerda, cuidarte no es un lujo, es una necesidad.

# Importancia De Los Exámenes De Detección Del Cáncer De Pulmón

## Para La Detección e Intervención Tempranas



**Dr. Amishi Desai**  
Medical Oncologist-Hematologist

Hacerse la prueba de detección adecuada en el momento adecuado es una de las mejores cosas que un hombre puede hacer por su salud. El cáncer de pulmón supera a los cánceres de mama, colon y próstata combinados, por lo que es la principal causa de muertes relacionadas con el cáncer tanto en hombres como en mujeres. Afortunadamente, se ha demostrado que los exámenes de detección del cáncer de pulmón salvan vidas.

“Los exámenes de detección del cáncer de pulmón pueden detectar el cáncer en etapas más tempranas, lo que conduce a mejores resultados y un aumento general de la supervivencia”, dijo la Dra. Amishi Desai, médica hematóloga-oncóloga en New York Cancer & Blood Specialists (NYCBS).

El programa de detección de cáncer de pulmón en NYCBS ofrece exámenes de detección por tomografía computarizada de pulmón de baja dosis a personas que cumplen con criterios específicos. Esto incluye fumadores activos y exfumadores entre los 50 y 80 años, aquellos que fuman actualmente o dejaron de hacerlo en los últimos 15 años, o

personas con antecedentes de tabaquismo de 20 cajetillas al año.

“La detección temprana del cáncer de pulmón puede marcar una gran diferencia en el pronóstico”, dijo la Dra. Desai.

Si bien fumar sigue siendo el principal factor de riesgo, la exposición al radón, el asbesto, el humo ajeno, los riesgos laborales, la cicatrización pulmonar por tipos de neumonía o un diagnóstico de EPOC o enfisema pueden aumentar el riesgo. Mantente atento a la aparición de tos, empeoramiento de la dificultad para respirar, sangre en el esputo, dolor en el pecho, pérdida de peso involuntaria o fatiga excesiva. Es importante que consultes al médico si experimentas alguno de estos síntomas.

“Los exámenes de detección del cáncer de pulmón deben ser una práctica habitual”, dijo la Dra. Desai. “Pueden salvar vidas”.

Se requiere una receta médica para programar una tomografía computarizada de baja dosis en persona. Si no tienes una receta o un médico de atención primaria, ponte en contacto con NYCBS para analizar el riesgo de cáncer de pulmón.

Llama al 1-833-CANCER9 para obtener más información sobre los exámenes de detección, pedir una cita o consultar sobre la cobertura del seguro.

# Priorizar el bienestar de los hombres:

## Comprender Los Síntomas Del Cáncer De Próstata, Testículo Y Mama

La Semana de la Salud Masculina es un recordatorio oportuno para priorizar su bienestar y adoptar medidas proactivas para mantener un estilo de vida saludable. Los hombres tienen que ser conscientes de los posibles síntomas que pueden indicar afecciones subyacentes, como cáncer de próstata, testículo y mama. Al reconocer los principales síntomas asociados con estos tipos de cáncer, los hombres pueden buscar atención médica oportuna y aumentar las posibilidades de una detección temprana y un tratamiento exitoso.

### Cáncer de Próstata:

El cáncer de próstata es el cáncer más común entre los hombres, pero a menudo se puede desarrollar sin presentar síntomas iniciales. Sin embargo, algunos síntomas pueden incluir:

- Micción frecuente, especialmente durante la noche.
- Dificultad para iniciar o detener la micción.
- Flujo de orina débil o interrumpido.
- Sangre en la orina o el semen.
- Dolor o molestias en el área pélvica.
- Disfunción eréctil o disminución de la libido.

Los hombres, en particular los mayores de 50 años o con antecedentes familiares de cáncer de próstata, se tienen que someter a exámenes de detección periódicos y hablar con el proveedor de atención médica sobre cualquier inquietud.

### Cáncer de Testículo:

La edad promedio de los hombres es de aproximadamente 33 años cuando se les diagnostica cáncer de testículo por primera vez. Si bien se recomienda el autoexamen, también es fundamental tener en cuenta los siguientes síntomas:

- Un bulto o hinchazón en los testículos.
- Dolor o molestias en los testículos o el escroto.
- Sensación de pesadez en el escroto.
- Cambios en el tamaño o la forma de los testículos.
- Acumulación de líquido en el escroto.

Cualquier cambio o anomalía persistente debe ser examinado de inmediato por un profesional de la salud. La detección temprana del cáncer de testículo puede aumentar significativamente las posibilidades de un tratamiento exitoso.

### Cáncer de Mama en Hombres:

Aunque es poco frecuente, los hombres pueden tener cáncer de mama. Los síntomas a tener en cuenta incluyen:

- Un bulto o engrosamiento indoloro en el tejido mamario.
- Cambios en el pezón, como inversión, descamación o enrojecimiento.
- Secreción del pezón, incluida la sangre.
- Cambios en el tamaño o la forma de la mama.
- Hinchazón o bultos en los ganglios linfáticos debajo del brazo.

**Si bien el cáncer de mama afecta predominantemente a las mujeres, los hombres no deben ignorar estos síntomas. Cualquier inquietud se debe consultar con un proveedor de atención médica para una evaluación adicional.**

# Primer procedimiento de PMILF de Long Island

realizado por el Dr. Samuel Brown en New York Spine & Pain Specialists

La fusión lumbar percutánea mínimamente invasiva (PMILF, por sus siglas en inglés) es una nueva técnica quirúrgica que ha ganado popularidad en los últimos años. Ofrece a los pacientes que sufren de inestabilidad y dolor lumbar crónico causados por enfermedad degenerativa del disco, estenosis espinal o espondilolistesis una innovadora alternativa y menos invasiva a la cirugía abierta tradicional. El Dr. Samuel Brown, médico jefe de división en New York Spine & Pain Specialists, llevó a cabo recientemente el primer procedimiento de PMILF en Long Island, lo que amplía las opciones de tratamiento para los pacientes y brinda mejores resultados.

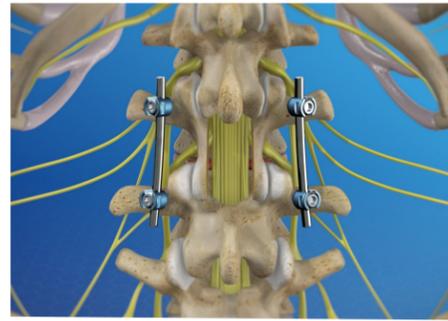
La PMILF es una técnica mínimamente invasiva que requiere pequeñas incisiones e instrumentos especializados para acceder a la columna vertebral. El cirujano coloca soportes de fusión especializados y materiales de injerto óseo entre las vértebras, que se fusionan con el tiempo para formar una estructura ósea sólida y estable. En comparación con las fusiones lumbares abiertas

tradicionales, la PMILF no requiere hospitalización, menos anestesia, menos pérdida de sangre y ofrece un menor tiempo de recuperación, que se mide en semanas en lugar de meses.

Los candidatos ideales para una PMILF son aquellos con dolor debido a una enfermedad degenerativa del disco, estenosis espinal moderada o una espondilolistesis (deslizamiento de disco) de grado I limitada a un nivel. La decisión de someterse a una PMILF se debe tomar en consulta con un especialista en columna vertebral calificado que pueda evaluar la situación individual del paciente y recomendar el mejor tratamiento.

Si bien la PMILF ofrece muchos beneficios, aún hay riesgos asociados con cualquier procedimiento quirúrgico, como sangrado, infección, lesión nerviosa y ninguna mejora en el dolor. Es importante analizar estos riesgos con el médico antes de tomar una decisión.

El Dr. Brown enfatiza que la PMILF es una nueva técnica quirúrgica que es útil para un selecto grupo



Percutaneous Minimally Invasive Lumbar Fusion (PMILF)

de pacientes. No reemplaza la necesidad de una cirugía tradicional de columna abierta para la mayoría de las afecciones de la columna que requieren cirugía. Los pacientes interesados en una PMILF pueden solicitar una consulta con el Dr. Brown, donde revisará el historial médico, síntomas e imágenes de la columna vertebral, y determinará si una PMILF es adecuada para ellos.

Actualmente, no hay ensayos clínicos en marcha en New York Spine & Pain Specialists para la PMILF. Sin embargo, el éxito del Dr. Brown con el primer procedimiento en Long Island destaca el potencial de la PMILF para ampliar las opciones de tratamiento y brindar mejores resultados para los pacientes que sufren de inestabilidad y dolor lumbar crónico.

## EL EQUIPO DE NEW YORK SPINE & PAIN SPECIALISTS



Brian Durkin, DO



Jamal Khan, DO



Olga Komargodski, MD



Samuel Brown, DO

# Enfermedad Celíaca

## Y Los Beneficios De Una Dieta Sin Gluten

La enfermedad celíaca es una afección digestiva que se produce cuando el sistema inmunitario del cuerpo responde de manera anormal al gluten, una proteína que se encuentra en el trigo, la cebada y el centeno. Esta respuesta provoca daños en el intestino delgado y dificulta la digestión de los alimentos. Actualmente, no hay una cura para la enfermedad celíaca y el manejo de la enfermedad requiere mantener una estricta dieta sin gluten.

Seguir una dieta sin gluten permite a las personas con la enfermedad celíaca evitar los síntomas y las complicaciones a largo plazo de la enfermedad. Los síntomas pueden incluir hinchazón, diarrea, dolor abdominal, fatiga e incluso depresión o ansiedad. Seguir una dieta sin gluten puede calmar la inflamación del intestino delgado y algunos de estos síntomas.

Para las personas con enfermedad celíaca, ver a un dietista-nutricionista registrado (RDN, por sus siglas en inglés) es fundamental para lidiar con el exceso de información disponible. Es útil contar con la orientación de un RDN experimentado para aprender a leer las etiquetas de los alimentos, reconocer los términos para el trigo e identificar productos no alimenticios que no están etiquetados, pero que pueden contener gluten, como algunos popotes de papel o medicamentos.

## 01

¿Qué puedes comer en una dieta sin gluten? Hay muchos alimentos sanos y deliciosos que naturalmente no contienen gluten. Estos son algunos ejemplos:

- Amaranto
- Arrurruz
- Trigo sarraceno
- Mandioca
- Maíz
- Linaza
- Arroz indio (Montina)
- Lágrimas de Job
- Legumbres (frijoles secos, arvejas, lentejas)
- Mijo
- Nueces
- Papas
- Quinoa
- Arroz
- Sagú
- Semillas
- Sorgo
- Soya
- Tapioca
- Teff (o tef)
- Arroz salvaje
- Yuca

## 02

Por otro lado, se deben evitar algunos de estos alimentos porque contienen gluten:

### Entre ellas se incluyen:

- Trigo
- Cebada
- Centeno
- Malta
- Avena  
(a menos que se indique lo contrario en la etiqueta)

**Las personas con enfermedad celíaca que siguen estrictamente una dieta sin gluten pueden aliviar los síntomas, prevenir complicaciones adicionales y mejorar la salud en general.**

Las personas con enfermedad celíaca tienen que mantener una dieta sin gluten para controlar la afección de manera efectiva. Ver a un dietista-nutricionista registrado puede proporcionar una guía esencial para lidiar con el complejo mundo de los alimentos sin gluten y brindar la educación necesaria para una salud óptima.

# Celebrar A Nuestros Sobrevivientes De Cáncer

Cada año, el Día Nacional de los Sobrevivientes de Cáncer sirve como un poderoso recordatorio de la fuerza, resiliencia y coraje mostrados por las personas que han triunfado en su lucha contra el cáncer. Es un día para honrar a aquellos que han luchado contra esta formidable enfermedad, celebrar sus victorias y apoyarlos en su lucha continua de supervivencia. En New York Cancer & Blood Specialists, reconocemos la importancia de este día y las increíbles personas que se han enfrentado al cáncer. Reunámonos para celebrar a nuestros notables sobrevivientes de cáncer y exploremos formas de mostrar nuestro apoyo y aprecio.

## Reconoce su lucha:

El primer paso para celebrar a los sobrevivientes de cáncer es reconocer la profunda lucha que han emprendido. Comprender que su experiencia con el cáncer ha sido una montaña rusa de emociones, desafíos físicos y crecimiento personal. Tómate el tiempo para escuchar sus historias, reconocer sus sentimientos y mostrar empatía. Al crear un espacio seguro para que compartan sus experiencias, no solo reconoces su lucha, sino que también los ayudas a sanar emocionalmente.

## Ofrece tu apoyo:

El apoyo es fundamental para los sobrevivientes de cáncer al lidiar con las complejidades de la vida después del cáncer. Ayúdalos con las tareas diarias, como hacer diligencias, preparar comidas o llevarlos a las citas médicas. Al aliviar su carga, les permites concentrarse en la recuperación y reconstruir sus vidas.

## Celebra los logros:

Cada paso hacia adelante es un motivo para celebrar. Reconoce los logros alcanzados por los sobrevivientes de cáncer, ya sea completar el tratamiento, cumplir un aniversario importante o regresar al trabajo. Organiza una pequeña reunión, envía una nota conmovedora o planifica una salida para honrar sus logros. Estos gestos demuestran tu apoyo incondicional y les recuerdan que valoramos su progreso.



**Tammy**  
Sobreviviente De Cáncer



**Dr. Jerry George**  
Oncólogo / Hematólogo

**Patient**  
Sobreviviente de cáncer

# Celebrando

## A Los Supervivientes de cáncer *continuación*

### **Estimule el bienestar personal:**

Los sobrevivientes de cáncer suelen priorizar el bienestar de los demás sobre el suyo propio. Anímalos a practicar el autocuidado y recuérdales que su salud física y mental es importante. Sugiereles participar en actividades que disfruten, como pasatiempos, ejercicio, meditación o terapia. Además, enfatiza la importancia de las citas y exámenes de seguimiento periódicos para controlar su salud. Al promover el autocuidado, los empoderas para que hagan de su bienestar una prioridad.

### **Participa en eventos:**

El Día Nacional de los Sobrevivientes de Cáncer está marcado por varios eventos y actividades en todo el país. Participa en eventos locales u organiza uno en la comunidad para mostrar tu apoyo. Estos eventos brindan la oportunidad de conectarse con otros sobrevivientes, cuidadores y profesionales médicos, lo que fomenta un sentido de comunidad y comprensión compartida. Al participar, demuestras solidaridad y contribuyes a crear conciencia sobre la supervivencia al cáncer.

### **Infórmate:**

Podrás brindar un mejor apoyo al aprender sobre la supervivencia al cáncer y los desafíos que enfrentan los sobrevivientes. Infórmate sobre los efectos físicos y emocionales del cáncer, el impacto del tratamiento y las consecuencias a largo plazo que pueden enfrentar los sobrevivientes. Al estar informado, podrás ofrecer información valiosa, empatía y recursos para ayudar a los sobrevivientes a lidiar con sus vidas posteriores al cáncer.

*En New York Cancer & Blood Specialists, apoyamos a los sobrevivientes de cáncer en cada paso del camino y brindamos atención y apoyo integrales. Acompáñanos a reconocer la fuerza y el coraje de estas increíbles personas que continúan inspirándonos a todos.*



SECCIÓN

# 2 Bienestar

## NUTRICIÓN Y MÁS



### 20 Cuidados Paliativos Para Supervivientes De Cáncer

Un elemento esencial de los cuidados paliativos es la comunicación sobre los objetivos de los cuidados y los deseos y aspiraciones respecto a futuras decisiones terapéuticas.

**Leer más**



# Cuidados Paliativos Para Los Sobrevivientes De Cáncer



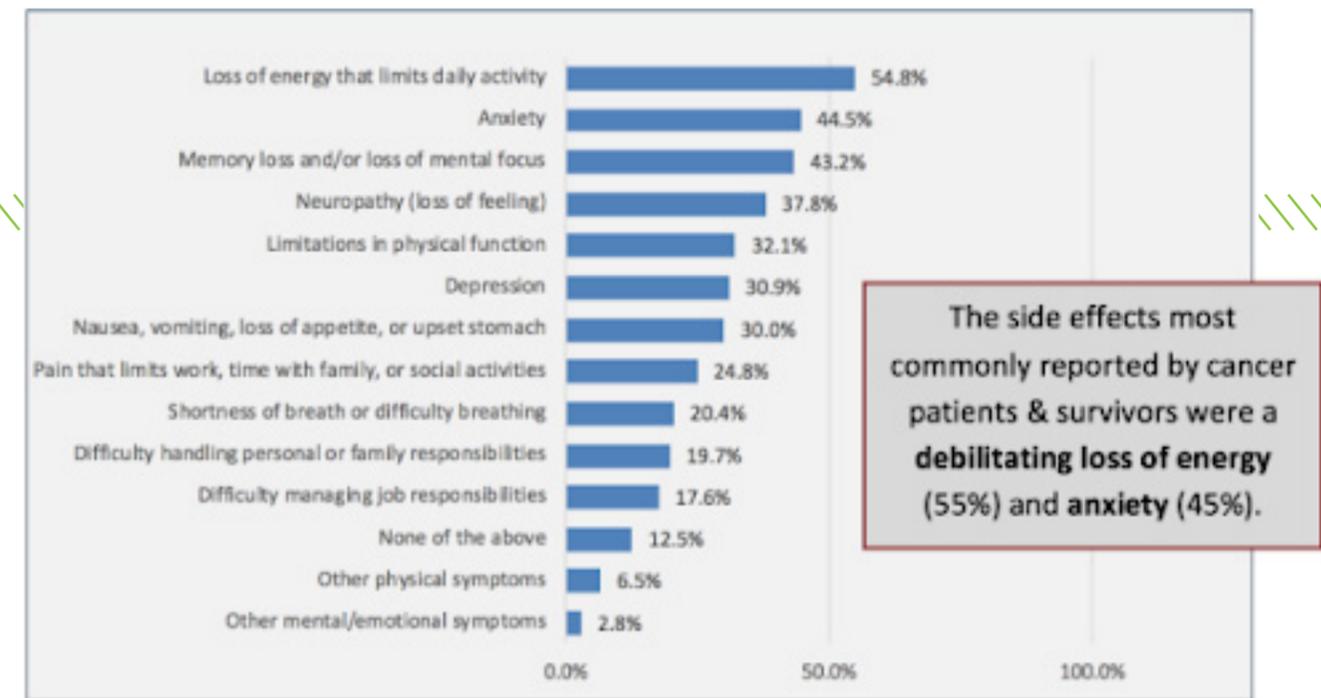
Los cuidados paliativos se centran en la calidad de vida y el cuidado integral de la persona al abordar las preocupaciones físicas, psicosociales, familiares y espirituales, así como la planificación para el futuro. Un elemento fundamental de los cuidados paliativos es la comunicación sobre los objetivos del cuidado y las necesidades y deseos para futuras decisiones de tratamiento.

Los sobrevivientes de cáncer se pueden definir como cualquier persona que viva con o tenga antecedentes de cáncer. Los sobrevivientes de tratamientos anteriores contra el cáncer pueden sufrir los efectos persistentes de los tratamientos anteriores o vivir con la preocupación constante sobre el posible riesgo de recurrencia, lo que dificulta llevar una vida normal.

Los objetivos de los cuidados comienzan en el diagnóstico y continúan a lo largo de los tratamientos contra el cáncer y durante toda la trayectoria del paciente, ya sea la curación o paliación y la prolongación de la vida. En general, los pacientes y sobrevivientes de cáncer están viviendo más tiempo y más personas viven con el cáncer como una enfermedad crónica. Este es un aspecto importante en el papel de los proveedores de cuidados paliativos, ya que esta población seguirá creciendo y adquiriendo más conocimientos sobre las modalidades de tratamiento más nuevas.

En el año 2019, la Red de Acción contra el Cáncer de la Sociedad Estadounidense contra el Cáncer (ACS CAN, por sus siglas en inglés) encuestó a pacientes y sobrevivientes de cáncer para determinar si estaban recibiendo el tratamiento adecuado de cuidados paliativos.

La encuesta encontró que, si bien la mayoría de los pacientes con cáncer que experimentaron síntomas a causa de su tratamiento discutieron los problemas con su médico, solo un pequeño porcentaje de esos pacientes fueron remitidos a proveedores de cuidados paliativos (<https://www.fightcancer.org/policy-resources/cancer-survivor-views-importance-appropriate-palliative-care>).



**Resultados de la encuesta: el 60 % de los encuestados dijo que sus síntomas o efectos secundarios persistieron después de completar el tratamiento activo.**

Parte de esto se debe en parte a los mitos asociados con lo que buscan ofrecer los cuidados paliativos. Uno de mis objetivos ha sido continuar creando conciencia y educación sobre lo que podemos abarcar con la introducción temprana de cuidados paliativos para nuestros pacientes, sobrevivientes y sus familias. Lo que es más importante, no es un servicio para el final de la vida, sino un elemento de apoyo para el cuidado general y ese nivel adicional de apoyo que puede mejorar sus vidas diarias.

Al observar los efectos secundarios mencionados anteriormente, está claro que todas estas preocupaciones pueden tener un importante impacto en la calidad de vida. Por lo tanto, si bien honramos a nuestros sobrevivientes todos los días, también tenemos que recordar el impacto que los tratamientos que soportan pueden tener en su vida cotidiana. Los cuidados paliativos y el apoyo se pueden aplicar a este grupo y son tan importantes como los pacientes que reciben terapia activa, ya que soportan, viven y sobreviven con un diagnóstico de cáncer.



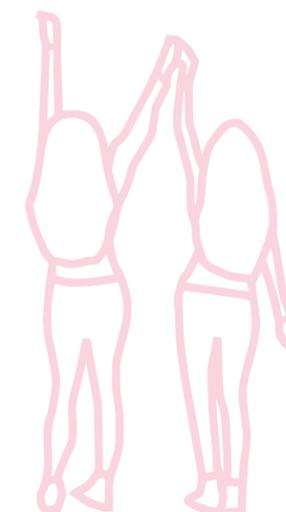
SECCIÓN

# 3 Historias

## PACIENTE Y FAMILIA

### 24 **Cómo Christina documentó su experiencia con el cáncer de mama para empoderar a otras mujeres**

Durante la pandemia de COVID-19, Christina descuidó sus revisiones rutinarias a pesar de haber sido diligente con ellas en el pasado. Sin embargo, cuando experimentó niveles altos de azúcar en sangre y no se sintió bien, decidió programar un chequeo médico. **Leer más...**



# Cómo Christina documentó su

## lucha contra el cáncer de mama para empoderar a otras mujeres

Durante la pandemia de la COVID-19, Christina descuidó los chequeos de rutina a pesar de haber sido diligente con ellos en el pasado. Sin embargo, cuando experimentó elevados niveles de azúcar en la sangre y no se sintió bien, decidió programar un examen físico. Durante la cita, el médico descubrió que no se había hecho una mamografía en mucho tiempo, por lo que envió a Christina a hacerse una.

Después de hacerse mamografías de rutina en el pasado y dar negativo para la mutación en los genes BRCA, Christina creía que no corría riesgo de cáncer de mama, a pesar de que su madre tenía la enfermedad a sus casi 80 años. Sin embargo, cuando Christina finalmente decidió hacerse otra mamografía, se sorprendió al descubrir que tenía cáncer de mama en tres áreas de un seno.

“Comencé a enloquecer de inmediato”, dijo. “La mente comienza a dar vueltas y las primeras seis a ocho semanas de exámenes son las peores porque son todas incógnitas. Al llegar los resultados, la médica de atención primaria me llamó y me dijo: ‘Así que vas a necesitar un oncólogo y un cirujano’. Al principio me sentí abrumada y pensé que probablemente era una sentencia de muerte. Pero al recordar, me doy cuenta de que lo dijo con total naturalidad porque le pasa a mucha gente que resulta estar bien. Cuando te pasa a ti, no sabes acerca de todas esas otras personas que han sido tratadas por cáncer de mama y han vivido una vida normal, larga y saludable”.

Cuando Christina comenzó su lucha contra el cáncer de mama, encontró consuelo al conectarse con otras mujeres que habían pasado por experiencias similares. Mantuvo su búsqueda de apoyo dentro de un pequeño grupo de amigas y buscó a aquellas que se habían sometido a tratamientos de quimioterapia y radiación. Christina entrevistó a 26 mujeres antes de decidir cómo proceder y cuál sería su equipo médico. Sabía lo importante que era compartir su lucha con otras personas que quizás no supieran sobre el proceso y apoyar a quienes pudieran estar pasando por lo mismo.

Al sentirse perdida y abrumada, Christina buscó la opinión de la primera oncóloga a la que la remitieron. “Ella no sabía tratar a los pacientes y fue la primera vez que realmente perdí el control”, dijo. Finalmente, la cirujana, la Dra. Fana, le pidió a Christina que considerara ver a otra oncóloga: la Dra. Yelda Nouri de New York Cancer & Blood Specialists. La Dra. Nouri era exactamente lo que necesitaba Christina. “La Dra. Nouri recordaba todo y me hizo sentir como si fuera parte de algo”, dijo. Christina aprendió que era muy importante tener una relación con cada una de sus médicas.

Decidió documentar su lucha en video, ya que sabía de lo que era capaz. “Encontré un propósito en ello”, dijo. “No estaba pasando por esto solo por mí; iba a hacer que algo positivo saliera de esto”. Christina se sometió a una mastectomía doble y una histerectomía al mismo tiempo. Luego se sometió a una cirugía de reconstrucción y tuvo una infección unas dos semanas después de la primera reconstrucción, por lo que la próxima cirugía será en el verano de 2024. Christina grabó cada paso del camino y capturó tanto los días buenos como los malos.

“Era importante mantener un registro de video de mi lucha contra el cáncer para poder hacer un documental al final. Quería que otras mujeres supieran que se pueden sentir como quieran. Puedes hacerlo a tu manera. Así que el documental es en gran parte positivo, pero real y crudo”.

Ya está completo su documental, You'll Be OK Too, y se está preparando para un estreno en el Teatro Belmore en junio. Además del documental, Christina creó una organización sin fines de lucro que anima a las mujeres a compartir sus historias y hacerse la prueba periódicamente. Está convencida de que eliminar parte del miedo al cáncer de mama permitirá que más mujeres tomen el control de su salud.

“Debemos dejar de tener miedo al cáncer de mama y tener estas conversaciones convencionales para darles esperanza a las mujeres y hacerles saber que van a estar bien”. También espera animar a las mujeres a hacerse los exámenes de mama antes.

La actitud positiva y la determinación de Christina jugaron un papel importante en su capacidad para sobrellevar el tratamiento contra el cáncer. A pesar de que al principio temía que su vida se volviera triste, Christina encontró un propósito en el trabajo y se mantuvo ocupada incluso cuando no se sentía bien. Estaba agradecida de tener un trabajo remoto que le permitía trabajar desde casa y tomar un descanso cuando lo necesitaba. Christina nunca se rindió y se mantuvo fuerte a pesar de experimentar agotamiento y deshidratación ocasional durante los tratamientos de quimioterapia.

“Aunque pensé que esto podría ser lo peor que me podía pasar en la vida, creo que ha sido un regalo increíble porque me di cuenta de lo fuerte y poderosa que soy”, dijo.

Seis meses y 16 rondas de tratamiento después, Christina se enteró de que no tenía cáncer después de la cirugía en septiembre de 2021. La experiencia la ha empoderado y ahora anima a las demás a encontrar un equipo médico con el que se sientan cómodas y que nunca se conformen con menos. El tratamiento del cáncer es una lucha de por vida y requiere el apoyo y la atención adecuados. Así que aconseja a otras mujeres que se hagan la prueba y encuentren el equipo médico adecuado. “La Dra. Nouri siempre fue muy positiva y el personal fue increíble”, dijo. Incluso cuando Christina se sentía cansada durante los tratamientos, encontraba consuelo en las palabras de la enfermera que le decía: “Termina fuerte”.

En su lucha contra el cáncer, Christina aprendió la importancia de mantener una actitud positiva. La actitud positiva y determinación fueron evidentes en la forma en que hizo frente al tratamiento y estaba agradecida por el apoyo que recibió de la médica y el personal. A través de su lucha, Christina encontró la fuerza en sí misma y esperaba que su historia inspirara a otras personas que estaban pasando por una experiencia similar.

Su lucha ha sido difícil, pero sabe que no está sola. A través de su documental y organización sin fines de lucro, espera inspirar a otras mujeres para que encuentren la fuerza y el poder dentro de sí mismas y superen cualquier obstáculo que puedan enfrentar.



SECTION

# 4 Boletín

## NOTICIAS Y NOVEDADES



### 31 PAUL KAZEMIER - Ascendido a Vicepresidente Senior de Comunicación con Pacientes

Tras muchos años de duro trabajo durante un crecimiento constante, Paul se ha ganado todos y cada uno de los reconocimientos que recibe.

### 32 HOCKEY FOR HOPE - Enfrentarse para luchar contra el cáncer 2023

Nuestro tercer evento anual de lucha contra el cáncer no se contuvo a la hora de aportar emoción y alegría en nombre de la lucha contra el cáncer.

### 36 KATHRYN PALIOTTA, RN - Ascendido a Vicepresidente de Comunicación con el Paciente

La dedicación de Kathryn a mantener abierta la comunicación con nuestros pacientes merece un aplauso.

# PAUL KAZEMIER



## ASCENDIDO:

# PAUL KAZEMIER

## *Nombrado Vicepresidente Sénior De Comunicaciones Con Pacientes*

**New York Cancer & Blood Specialists (NYCBS), uno de los principales consultorios de oncología del país, se complace en anunciar el nombramiento de Paul Kazemier, vicepresidente de comunicaciones con pacientes, como vicepresidente sénior de comunicaciones con pacientes.**

“El nombramiento de Paul como vicepresidente sénior de comunicaciones con pacientes es un testimonio de su excepcional liderazgo al supervisar un equipo de más de 275 empleados y su continua dedicación para mejorar la comunicación con los pacientes”, dijo el Dr. Jeff Vacirca, director ejecutivo de NYCBS. “Su innovador enfoque y su capacidad de adaptación al cambio permitirán a la organización lograr mejores resultados para los proveedores de atención médica y los pacientes, lo que demuestra nuestro compromiso de ofrecer un valor excepcional a nuestros socios, pacientes y la comunidad”.

Kazemier ha estado con NYCBS durante más de cuatro años y ha jugado un papel fundamental en el desarrollo e implementación de estrategias de comunicación con los pacientes, que han brindado atención y apoyo excepcionales a nuestros pacientes

y han garantizado que todos reciban la mejor calidad de servicio y atención. En su nuevo cargo, continuará supervisando el desarrollo de programas efectivos de comunicación con los pacientes, incluido el centro de atención telefónica, los coordinadores de nuevos pacientes, el triaje, la gestión de atención crónica, la gestión de atención de transición y la programación.

**"Mi objetivo no es sólo garantizar el máximo nivel de satisfacción y experiencia de los pacientes, sino también fomentar un entorno en el que los empleados puedan crecer dentro de la empresa y alcanzar su propio éxito."**

“Estoy muy agradecido por esta promoción y la oportunidad de seguir liderando y haciendo crecer mis departamentos. Significa mucho para mí”, dijo Kazemier. “Mi objetivo no es solo garantizar el mayor nivel de satisfacción y experiencia de los pacientes, sino también fomentar un entorno en el que los empleados puedan crecer dentro de la empresa y lograr su propio éxito”.

# HOCKEY POR LA ESPERANZA

ENFRENTÁNDOSE PARA LUCHAR CONTRA EL CÁNCER - 2023



**NEW YORK**  
CANCER FOUNDATION  
*Advocates For Hope*

El sábado, 6 de mayo de 2023, la Fundación contra el Cáncer de Nueva York organizó el tercer evento anual de Hockey por la esperanza. El equipo de la Fundación, compuesto por oncólogos, enfermeros, empleados de NYCBS y miembros de la comunidad, se enfrentó a la oficina del sheriff del condado de Suffolk en el último partido decisivo. El drama sobre hielo entretuvo a todos hasta el pitido final cuando la Fundación contra el Cáncer de Nueva York se fue patinando con una victoria de 5-4. El juego contó con más de 300 asistentes animando a ambos equipos y recaudó más de \$30,000 gracias a la generosidad de los patrocinadores y asistentes.



# Recetas Para EL Verano

Los meses de verano están llenos de largos días de playa, brisa veraniega y momentos de relax. A medida que suben las temperaturas, apetecen más las bebidas heladas y las comidas ligeras. Los huertos florecen y en los puestos de las granjas hay frutas con un aroma dulce. A continuación presentamos dos guarniciones refrescantes elaboradas con frutas de temporada. Pueden combinarse perfectamente con hamburguesas de pollo o pavo marinadas recién salidas de la parrilla.

Si buscas una opción más de postre, los melocotones o la piña a la plancha con nata montada son una alternativa fácil y dulce a la macedonia.

## Ensalada de sandía

De Michelle Slowey MA, RDN, CDCES, CDN

3 tazas de sandía cortada en dados  
½ taza de menta fresca picada  
1 taza de queso feta desmenuzado  
2 cucharadas de vinagre balsámico blanco infusionado con melocotón  
sal  
pimienta

Añade la sandía, la menta y el queso en un bol. Espolvorear con un toque de sal y pimienta. Añade un sabor complementario de vinagre balsámico con infusión de frutas, como melocotón o cítricos. Mezclar suavemente, tapar y refrigerar durante una hora antes de servir.

## Ensalada de melocotón a la parrilla

De Michelle Slowey MA, RDN CDCES, C DN

5 tazas de espinacas  
2 melocotones grandes  
¼ de taza de nueces pecanas  
⅓ de taza de queso de cabra desmenuzado  
1 aguacate cortado en dados  
3 cucharadas de vinagre balsámico infusionado con naranja sanguina  
3 cucharadas de aceite de oliva  
canela  
miel

Corte los melocotones en cuartos. Untarlos con una ligera capa de aceite de oliva. Espolvoree canela sobre los melocotones y áselos durante unos 10 minutos, dándoles la vuelta una vez. La fruta empezará a caramelizarse en este punto. Prepare las espinacas, las pacanas, el queso de cabra y el aguacate en una ensaladera. Añada el aceite de oliva y el vinagre balsámico y mézclelos. Coloque los melocotones encima de la ensalada. Rocíar la ensalada con miel y servir.



## Dulce postre de melocotón a la parrilla

De Lauren McGarty, BS, RD, CDCES, CDN

1. Wash and cut peaches in half. Remove the pit.
2. Brush oil (coconut oil works well) on the inside of the peaches.
3. Preheat the grill to about 450 degrees Fahrenheit.
4. Place cut sides down on a hot grill or non-stick pan to cook peaches until they have softened. marks appear (about 4 mins)
5. Transfer peaches to a platter with the cut side up.
6. Sprinkle peaches with cinnamon sugar.
7. Top with ice cream if desired.



**ASCENDIDO:**

# KATHRYN PALIOTTA, RN

*Nombrada Vicepresidenta de Comunicaciones Con Pacientes*

**New York Cancer & Blood Specialists (NYCBS), uno de los principales consultorios de oncología del país, se complace en anunciar el nombramiento de Kathryn Paliotta, enfermera titulada, de directora de comunicaciones con pacientes a vicepresidenta de comunicaciones con pacientes.**

“La dedicación y el liderazgo de Kathryn han sido invaluable para nuestra organización y estamos encantados de reconocer sus contribuciones con esta merecida promoción”, dijo el Dr. Jeff Vacirca, director ejecutivo de NYCBS. “Su amplia experiencia clínica, junto con su capacidad para administrar con eficacia nuestros departamentos de comunicación con los pacientes, nos ha permitido brindar una mejor atención y apoyo a nuestros pacientes. Esperamos que siga cosechando éxitos en su nuevo cargo como vicepresidenta de comunicaciones con pacientes”.

Paliotta obtuvo su licenciatura en Ciencias en Tecnología de Medicina Nuclear de Manhattan College en el año 2014 y luego recibió su licenciatura en Ciencias en Enfermería de la Universidad Duke en el año 2018. Comenzó su

carrera como técnica en medicina nuclear en el Centro de Cáncer Perlmutter en el Centro Médico Langone de la NYU antes de ser enfermera titulada de la UCI de cardiología y pediatría en el Hospital de la Universidad Duke. Kathryn también trabajó como enfermera titulada pediátrica en el Hospital de la Universidad de Stony Brook y luego como enfermera titulada de triaje antes de convertirse en directora de comunicaciones con pacientes en NYCBS.

**"Trabajar para una organización tan diversa como la nuestra me ha permitido tener el privilegio de atender a pacientes de diversas especialidades. También he tenido el placer de aprender de un inspirador grupo de mentores y estoy deseando hacer crecer mi carrera en NYCBS."**

“Estoy muy agradecida de haber encontrado mi área de especialidad”, dijo Paliotta. “Trabajar para una organización tan diversa como la nuestra me ha brindado el privilegio de atender a pacientes en diversas especialidades. También he tenido el placer de aprender de un inspirador grupo de mentores y espero seguir creciendo en el ámbito profesional en NYCBS”.

# KATHRYN PALIOTTA, RN

VICEPRESIDENTE DE  
COMUNICACIONES CON PACIENTES



# EMPLEOS

## RADIÓLOGO

Contacto: Robert Nicoletti  
Correo electrónico: rnicoletti@nycancer.com

## SE NECESITA UN ONCÓLOGO MÉDICO O HEMATÓLOGO-ONCÓLOGO EN NUESTRAS INSTALACIONES DEL HOSPITAL DE BROOKLYN, NY

Contacto: Eric Jackson  
Correo electrónico: eric.jackson@oneoncology.com

## PSICÓLOGO POSDOCTORAL ELMHURST, QUEENS, ONCOLOGÍA MÉDICA DE BAY SHORE, ONCOLOGÍA MÉDICA DE SMITHTOWN SMITHTOWN, BAYSHORE, QUEENS

Contacto: Robert Nicoletti  
Correo electrónico: jschomber@nycancer.com

## ENFERMERA PRACTICANTE / ASOCIADO MÉDICO ONCOLOGÍA MÉDICA DE BAYSIDE, ONCOLOGÍA MÉDICA DE STATEN ISLAND, ONCOLOGÍA MÉDICA DE NEWBURG

Contacto: Robert Nicoletti  
Correo electrónico: apprecruitment@nycancer.com

## RECEPCIONISTA MÉDICO

Contacto: Robert Nicoletti  
Correo electrónico: careers@nycancer.com

## HEMATÓLOGOS-ONCÓLOGOS

Contacto: Robert Nicoletti  
Correo electrónico: eric.jackson@oneoncology.com

## TÉCNICO EN HISTOLOGÍA

Contacto: Robert Nicoletti  
careers@nycancer.com

## ENFERMEROS PRÁCTICOS CON LICENCIA (EPL)

Contacto: Robert Nicoletti  
Correo electrónico: careers@nycancer.com

## JEFE DE ENFERMERÍA

Contacto: Gregory Colas  
Correo electrónico: gcolas@nycancer.com

## TÉCNICO DE LABORATORIO ONCOLOGÍA MÉDICA DE PORT JEFFERSON STATION

Contacto: Robert Nicoletti  
Correo electrónico: gcolas@nycancer.com

¿Conoce a alguien que busque una nueva carrera con movilidad ascendente?

Visite: [nycancer.com/careers](https://nycancer.com/careers) O escanee el código QR



# LA FUNDACIÓN CONTRA EL CÁNCER DE NUEVA YORK

## EVENTOS!!!

**1 Festival de Long Island Pride**  
Junio 11  
12:00 pm hasta las 5:00 pm  
Huntington, NY

**2 Faro de esperanza: Homenaje al Dr. Louis Arvento**  
17 de junio a las 9 de la mañana  
Montauk Lighthouse  
2000 Montauk Hwy, Montauk

**3 37º Annual Clásico de Golf del Hospital Mather**  
20 de Junio - Shotgun alas 7am hasta 12:30pm  
21 Golf Club Road St. James, NY 11780

**4 Inauguración NYCBS Smithtown**  
20 de Junio de 6-8pm  
119 Terry Road, Smithtown

**5 Paciente Reunión comunitaria**  
21 de Junio Comenzando alas 6pm  
49 Route 347, Port Jefferson Station

**6 Corrida de Katie**  
25 de Junio de 9am-4pm  
New Hyde Park Funeral Home  
506 Lakeville Rd, New Hyde Park, NY

**7 Día De Celebración Para Los Pacientes**  
9 de Septiembre de las 12 - 4 pm  
Baldhill Ampitheatre, NY

**8 5K CARRERA Y CAMINATA**  
8 de Julio, 2023  
Todos los beneficios se destinarán a la New York Cancer Foundation. ¡Ven a ser una luz en nuestra comunidad! Prepárate para venir engalanado con luces y colores de neón para brillar con luz propia en esta impresionante carrera/caminata al atardecer, seguida de una fiesta de luz negra con palos luminosos y un DJ.  
Regístrese escaneando el código QR:



# Nuevo Empleados

**Alyssia Bellospirito** (Coordinadora De Nuevos Pacientes)

**Christopher Lembo** (Recepcionista Suplente)

**Christopher Todd** (Técnico Radiólogo)

**Dena Mathew** (Asociado Médico)

**Fiza Sharif** (Auxiliar Médico)

**Isabella Reed** (Enfermera Titulada)

**Joseph School** (Técnico Radiólogo)

**Julie Stamatatos** (Enfermera Titulada)

**Kaitlyn Murtagh** (Enfermera Titulada)

**Kimberly Lorio** (Enfermera Titulada)

**Luana Burgos** (Coordinación de Cuidados EPL)

**Megan Donlevy** (Enfermera Practicante)

**Nicole Aguanno** (Asociado Médico A Tiempo Parcial)

**Nissany Ogaldes** (Coordinación de Cuidados EPL)

**Rachel Tanenblatt** (Radioterapeuta Por Día)

**Rita Wu** (Histotécnica)

**Sherese Simon** (Auxiliar Médico De Laboratorio)

**Virginia David** (Enfermera Práctica Con Licencia)

**Zirong Zhang** (Técnico de laboratorio médico)

# Noticias de IT

Se acerca el verano; los días más largos y el buen tiempo significan mucho tiempo para salir y disfrutar de la vida. Ya sea que viajes largas distancias o hagas una excursión de un día a tu ciudad favorita, lo más probable es que utilices wifi público. Al conectarte a estas redes públicas, evita acceder a información de salud protegida (PHI, por sus siglas en inglés) o información confidencial, ya que pueden ser muy inseguras. Asegúrate de utilizar una VPN para cifrar la conexión y proteger los datos si tienes que utilizar una red wifi pública para acceder a información confidencial.



# NUESTROS PACIENTES Y SUS FAMILIAS

Nuestros pacientes y sus familias cuentan como nadie la historia de la superación del cáncer. Nos ayudan a conectar, inspirar y empoderar. Si conoce a un paciente o tiene un familiar al que le gustaría dejar huella y compartir su experiencia con nosotros, pídale que se ponga en contacto con [marketing@nycancer.com](mailto:marketing@nycancer.com).