



# THE SPECIALIST



OD SPECIALISTS  
Conquering Cancer Together™

## Grand Opening



PARA LEER  
THE SPECIALIST  
EN ESPAÑOL ESCANEE  
EL CODIGO QR

### EDICIÓN DESTACADOS

**10** Alimentos para mantenerte hidratado  
Ve lo que mantendrá tu cuerpo hidratado durante el verano.

**24** Sacude, Ajuste, Inspire:  
Amanda comparte su batalla contra el cáncer de mama.

**32** Corte de cinta Smithtown  
A medida que continuamos creciendo, también lo hace nuestra capacidad de servir a la comunidad.

# MENSAJE DEL CEO

## Amigos,

Espero que el verano empiece de maravilla. Este mes celebramos un año con nuestro Programa de terapia de coser. Desde hace un año, New York Cancer & Blood Specialists (NYCBS) une alegría, creatividad y curación a través del arte de tejer. Lo que empezó como un pequeño grupo dentro de nuestro personal se ha convertido en un notable esfuerzo comunitario. Juntos hemos hecho contribuciones inestimables, desde la elaboración de cojines para cinturones de seguridad, hasta accesorios para (Port-A-Cath por sus siglas en inglés), sombreros, bufandas, mantas y gorros de quimioterapia. Como siempre, nuestros pacientes siguen siendo nuestra máxima prioridad, y nos esforzamos continuamente por mejorar su experiencia. A través de este programa, hemos creado un espacio donde la curación y la creatividad se entrelazan, ofreciendo a nuestros pacientes un momento de respiro y un recordatorio de que no están solos.



En este número también encontrarás recetas aprobadas por nutricionistas-dietistas registrados que ofrecen formas deliciosas e innovadoras de incorporar más proteínas a tu dieta utilizando yogur griego. También destacaremos las frutas y verduras que te mantienen hidratado todo el verano. Prepárese para ser reconfortado por la increíble historia de una profesora y entrenadora de voleibol que superó la adversidad y sirvió de inspiración mientras luchaba contra el cáncer de mama. Y eso no es todo. La Directora Clínica de Cuidados Paliativos, MaryAnn Fragola, nos mantiene informados sobre el tema del cannabis medicinal en los planes de tratamiento, explorando los beneficios potenciales y las consideraciones de incorporarlo a su plan de cuidados.

Con una serie de emocionantes acontecimientos en el horizonte, como nuestro 10º Día Anual de Celebración del Paciente, le animamos a que marque su calendario.

Estamos impacientes por verte allá.

Un cordial saludo

Dr. V

## ÍNDICE

# 5

### Salud

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

# 9

### Bienestar

Mantener una mentalidad positiva y una buena condición física mientras nuestro equipo de atención le acompaña en su batalla contra el cáncer.

# 21

### Historias

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

# 31

### Boletín

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

## COMENTARIOS DEL PACIENTE

### Sridhar Reddy, MD

"Me encantó mi cita médica con el Dr. Reddy. Fue amable y paciente y abordó todas mis preocupaciones. Realmente me tranquilizó, recomendaría encarecidamente al Dr. Reddy".

Ternisha T.



### Dipen Patel, MD

"Siempre es agradable ir a la oficina de Riverhead".

T.K. Barrett



### Avi Retter, MD

"Ambiente muy agradable y la atención es de primera".

Freddie B



### William LiPera, MD

¡El Dr. LiPera es el mejor! profesional, atento y escucha con atención. Literalmente "me recompuso" tras complicaciones de una operación de vesícula. Fue increíble, hizo mi seguimiento y me llamó personalmente. Es un increíble Dr."

Susan A.



### Regina Jablonski, MD

"La mejor médico del mundo".

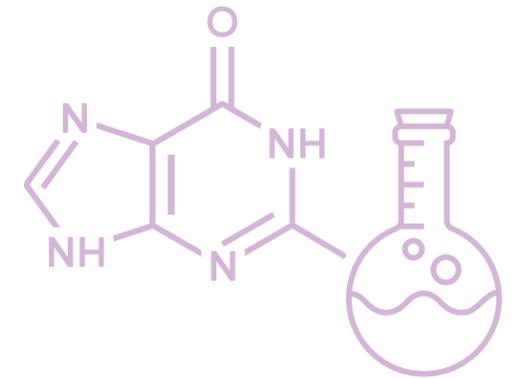
J. Joe





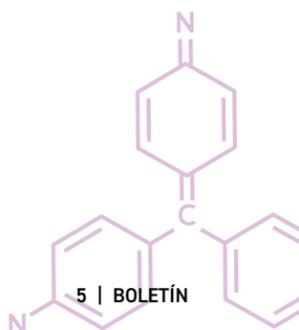
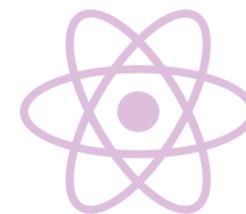
# SECCIÓN 1

## ONCOLOGÍA Y MÁS



### 6 PROYECTO DE CÁNNABIS MEDICINAL

Quando hablamos de marihuana medicinal o cánnabis medicinal, a menudo es difícil encontrar la información adecuada. Frecuentemente se convierte en un juego de adivinanzas sobre que funcionará mejor en el paciente para el síntoma que se está tratando. Tenga en cuenta que existen muchas fórmulas diferentes y muchas veces es frustrante encontrar la fórmula adecuada que funcione mejor. Recientemente, participé en un proyecto de culminación con el fin de educar mejor a nuestros pacientes para poder tratarlos con seguridad y éxito. Este proyecto funcionó para crear un paquete fácil de distribuir a los pacientes, en el que se está trabajando actualmente. leer más...





# Médicinal

## Proyecto cannabis

By **MaryAnn Fragola, DNP, ANPc, ACHPN**  
Director Clínico de Cuidados Paliativos y de Apoyo



Cuando hablamos de marihuana medicinal o cánnabis medicinal, a menudo es difícil encontrar la información adecuada. Frecuentemente se convierte en un juego de adivinanzas sobre que funcionará mejor en el paciente para el síntoma que se está tratando. Tenga en cuenta que existen muchas fórmulas diferentes y muchas veces es frustrante encontrar la fórmula adecuada que funcione mejor. Recientemente, participé en un proyecto de culminación con el fin educar mejor a nuestros pacientes para poder tratarlos con seguridad y éxito. Este proyecto funcionó para crear un paquete fácil de distribuir a los pacientes, en el que se está trabajando actualmente.

Me pareció importante compartir parte de la información. Siempre recomiendo empezar despacio y aumentar la dosis según la tolerancia y la eficacia. Algunas veces, encontrar la combinación adecuada requiere tiempo y paciencia. Sin embargo, la marihuana medicinal puede ser un complemento excelente y eficaz para muchos de los síntomas que tratamos.

El cannabis trabaja con el mismo sistema de nuestro cuerpo responsable de mantener el equilibrio, razón por la cual el cannabis medicinal puede ayudar a pacientes con diferentes enfermedades crónicas

### Se ha demostrado que el cannabis medicinal es eficaz para tratar algunas de las siguientes afecciones:

- Anorexia/Caquexia
- Espasmos musculares
- Dolor e inflamación
- Náuseas y vómitos
- Enfermedad de Alzheimer
- Esclerosis múltiple
- Enfermedad de Parkinson
- Adicción
- VIH/SIDA
- Insomnio
- Estrés
- Desórdenes de ansiedad
- Depresión
- Cáncer
- Afecciones cutáneas
- \*Trastorno convulsivo

Existen diferentes formulaciones, como ya se ha mencionado, entre las que se incluyen alto THC/ bajo CBD, THC y CBD a partes iguales, y fórmulas con alto CBD y bajo THC. El CBD puede limitar los efectos no deseados del THC cuando se utiliza con éste o como tratamiento para sus efectos adversos, reduciendo el ritmo cardíaco y cualquier sensación de pánico o paranoia. El CBD (Cannabidiol, por sus siglas en inglés) no es tóxico y no tiene potencial de adicción o alucinaciones.

Pero no significa que no hayan riesgos. Como todo lo que recetamos, puede haber efectos. Pueden haber efectos adversos, incluyendo mareo, letargo, confusión, ansiedad, alucinaciones, sequedad de boca u ojos, disminución de las habilidades motoras y tiempo de reacción retardado, deterioro de la memoria a corto plazo y aumento de la presión arterial si se está en posición reclinada. Existen contraindicaciones y como cualquier otra cosa, interacciones potenciales entre fármacos

También hay muchas formas de consumir cannabis medicinal, incluyendo vía oral, sublingual, inhalatoria y tópica. Cada una de estas fórmulas tiene un mecanismo de acción. Por ejemplo, las formulaciones orales pueden tardar entre 30 y 90 minutos en hacer efecto y pueden durar entre 4 y 12 horas, mientras que el efecto de la inhalación puede sentirse en cuestión de minutos y dura sólo entre 2 y 3 horas. El vapeo tiene efectos similares a los de fumar, pero puede ser más seguro para pacientes con problemas respiratorios leves. Los productos sublinguales se colocan debajo de la lengua, se mantienen allí durante aproximadamente un minuto para su absorción y generalmente comienzan a hacer efecto en 15 minutos. Los cannabinoides tópicos se absorben a través de la piel y no provocan cambios en el paciente.

Si cree que sus pacientes pueden beneficiarse del uso de la Marihuana Medicinal para alivio de los síntomas, nuestro equipo de paliativos puede aliviar los temores, proporcionar educación y elaborar un plan de tratamiento que funcione mejor para la dolencia que buscamos tratar. Otro elemento importante de las consultas sobre marihuana medicinal es que abre la puerta para que el equipo de cuidados paliativos ofrezca un tratamiento avanzado de los síntomas y comience a construir una relación duradera.

**Para obtener más información sobre la marihuana medicinal, escanee el código QR.**



# SECCIÓN 2 Bienestar

## NUTRICIÓN Y MÁS

### 10 ALIMENTOS PARA MANTENERSE HIDRATADO

Permanecer adecuadamente hidratado es crucial para mantener la vida, especialmente durante la quimioterapia nefrotóxica. Sin embargo, la sed por sí sola no siempre es suficiente para indicar la cantidad de líquido que necesitamos consumir. [leer más...](#)

### 12 LA VITAMINA D, NUTRIR CON SEGURIDAD TU CUERPO PARA UNA VIDA MÁS SANA

Mantenerse suficientemente hidratado es crucial para mantener la vida, especialmente durante la quimioterapia nefrotóxica. Sin embargo, la sed por sí sola no siempre es suficiente para indicar la cantidad de líquido que necesitamos consumir. [leer más...](#)

### 14 ENSALADA DE TRES JUDÍAS

Esta ensalada de Frijol es perfecta para el verano. Se puede servir de muchas maneras y tiene un alto contenido en proteínas vegetales y fibra. Se puede servir sobre una ensalada, como guarnición de una cena o como aperitivo, acompañado de chips de tortilla... [leer más...](#)

### 16 FORMAS CREATIVAS Y DIFERENTES DE INCORPORA EL YOGUR GRIEGO A TU DIETA

El yogur contiene probióticos, que son microorganismos vivos que ayudan al sistema digestivo con bacterias saludables. Estos cultivos activos ayudan a cambiar o repoblar las bacterias intestinales para equilibrar la flora intestinal. Esto puede ser beneficioso para reforzar la inmunidad y la salud en general, especialmente la gastrointestinal. [leer más...](#)



# Alimentos para mantenerte hidratado

Por Wendy Kaplan, MS, RDN, CSO, CDCES, CDN

Mantenerse suficientemente hidratado es crucial para mantener la vida, especialmente durante la quimioterapia nefrotóxica. Sin embargo, la sed por sí sola no siempre es suficiente para indicar cuánto fluido necesitamos consumir. La deshidratación es un problema persistente para muchas personas, especialmente para los pacientes con cáncer, que requieren cuidados adicionales para garantizar una hidratación adecuada. Si bien muchos pueden necesitar hidratación intravenosa adicional, incorporar alimentos hidratantes a su dieta también puede ser una excelente idea. Éstos son algunos de los alimentos hidratantes favoritos del verano que pueden ayudar a mantenerte fresco e hidratado.

**1. La sandía:** Con un contenido de agua del 92%, la sandía es un alimento refrescante y te le mantendrá deliciosamente hidratado, también contiene vitaminas C y A, así como magnesio



**2. Pepino:** Esta crujiente verdura es una fuente de hidratación con un contenido de agua del 96%. No le quites la piel para aumentar su contenido en fibra.

**3. Lechuga:** Añade una hoja de lechuga a tu ensalada y aumenta tus niveles de hidratación. La lechuga romana con un contenido de agua del 95%, es una forma perfecta de introducir un poco más de agua en tu organismo.



**4. Tomates:** Estas jugosas frutas son un gran complemento para las ensaladas y contienen un contenido de agua similar al de la lechuga. Están repletos de minerales importantes como el potasio, que se que pierdes al sudar, así como otras vitaminas y minerales esenciales.

**5. Fresas:** Esta fruta llena de fibra se compone de un 91% de agua y está cargada de vitaminas, minerales y antioxidantes.



**6. Melocotones:** Estas jugosas frutas tienen un contenido de agua de alrededor del 90%. Son perfectos en un bol de yogur, pero prueba congelar melocotones frescos y echarlos en agua con gas para obtener una bebida hidratante.

**4. Melón Cantalupo:** Las ensaladas de melón hechas con melón Cantalupo son perfectas para los días de verano. Tienen un contenido de agua del 90% y están repletas de vitamina A, excelente para la salud de la piel y los ojos.



**8. Naranjas:** Las naranjas no sólo son una gran fuente de vitamina C, sino que también tienen un contenido de agua del 86%. Empezar el día con un vaso de zumo de naranja recién exprimido puede ser una forma refrescante de mantenerse hidratado.



# Iluminar el rol de la Vitamina D

**Nutra su cuerpo de forma segura para estar más sano**

Por Patricia Salvio, RDN, CNSC, CDN

**Me complace compartir algunas valiosas ideas sobre el poder de la vitamina D y sobre cómo satisfacer de forma segura sus necesidades nutricionales este verano. La vitamina D tiene muchos roles vitales en las funciones de nuestro organismo, como la formación ósea, la reducción de la inflamación, la regulación del crecimiento celular, la salud neuromuscular, la salud inmunitaria, la expresión génica e incluso el metabolismo de la glucosa. Comúnmente conocido como "vitamina del sol", muchos creen que la exposición al sol es la única fuente de este nutriente vital. Aunque la exposición a los rayos UV puede aumentar la producción de vitamina D, existen serios riesgos para la salud que hay que tener en cuenta si se depende del sol como fuente principal. Considere la posibilidad de incorporar más alimentos ricos en vitamina D a su dieta diaria y tome decisiones inteligentes cuando se exponga al sol este verano para satisfacer sus necesidades de manera segura.**

Algunos ejemplos de alimentos que pueden potenciar este poderoso nutriente son las grasas de pescados como el salmón, la trucha y la caballa, que también están repletos de ácidos grasos esenciales como el omega-3. El aceite de hígado de pescado puede ser otra opción para conseguir estos beneficios para la salud.

Los alimentos enriquecidos tales como: la leche, el yogur y el queso se han preparado con

vitamina D añadida. Las alternativas lácteas de origen vegetal (soja, avena, almendras), los cereales listos para el consumo e incluso el zumo de naranja pueden estar enriquecidos con vitamina D. Comprueba las etiquetas para asegurarte de que estás consumiendo las versiones enriquecidas. Los huevos pueden tener menores cantidades de vitamina D que algunos alimentos, pero cuando se consumen regularmente en una dieta saludable también pueden ayudar a cubrir las necesidades diarias de nutrientes.

Salir al aire libre y exponerse a la luz solar puede ser útil como fuente de vitamina D, pero asegúrese de adoptar prácticas seguras de exposición al sol para protegerse de los rayos UV nocivos asociados a resultados adversos para la salud.

**He aquí algunos ejemplos de cómo protegerse este verano:**

- **Optimice la exposición al sol saliendo al exterior durante los periodos de menor intensidad de los rayos UV, como a primera hora de la mañana o a última de la tarde.**
- **Utilice ropa protectora, como sombreros de borde ancho gafas de sol y ropa ligera para protegerse.**
- **Prioriza la crema solar con un FPS mínimo de 30 para proteger su piel. Aplíquelo generosamente y vuelva a aplicarlo cada dos horas, especialmente si suda o nada.**

En algunos casos, es posible que necesite algo más que la ingesta dietética y la exposición a la luz solar para satisfacer sus necesidades de forma segura. La administración de suplementos de vitamina D puede ser una forma beneficiosa de optimizar la ingesta diaria. Asegúrese de consultar con un profesional sanitario que pueda evaluar sus necesidades individuales de suplementación y proporcionarle recomendaciones de dosificación personalizadas.

Aproveche el poder de la vitamina D y sus diversas fuentes para una ingesta segura de nutrientes con estas recomendaciones prácticas. ¡Aprovechemos la exposición segura al sol y una dieta rica en vitamina D en esta temporada de verano!





# Ensalada de tres judías

Olivia Borruso, estudiante de Nutrición

Esta ensalada de Frijol es perfecta para el verano. Puede ser servida de muchas maneras y tiene un alto contenido en proteínas vegetales y fibra. Se puede poner encima de una ensalada, como guarnición de una cena o como aperitivo con chips de tortillas.



1

## Ingredientes

### Aderezo:

2.5 cucharadas de aceite de oliva  
taza de vinagre de vino tinto  
¼ cucharadita de orégano seco  
¼ cucharadita de pimienta negra Sal al gusto

2

### Ensalada:

1 lata (15 oz.) de frijol cannellini, escurridas y enjuagadas  
1 lata (15 oz.) de frijol rojo, escurridas y enjuagadas  
1 lata (15 oz.) de garbanzos, escurridos y enjuagados  
2 tallos de apio, cortados en dados 1 pimentón cortado en dados  
¼ cebolla roja mediana, cortada en dados  
¼ taza de cebolla verde fresca picada o eneldo (opcional)

3

## Preparación:

1. Añade el aceite de oliva y el vinagre de vino tinto, orégano, sal y pimienta en un bol grande y bata hasta que se mezclen.
2. En un bol aparte, añade el frijol cannellini, el frijol rojo, los garbanzos, el apio, el pimiento, la cebolla roja y el eneldo o la cebolla verde (si lo desea). Mezcle bien para combinar.
3. Sírvalo inmediatamente a temperatura ambiente o después de guardarlo en el refrigerador durante al menos 30 minutos.

# Formas creativas y diferentes de incorporar el yogur griego a tu dieta

Michelle Slowey, MA, RDN, CDCES, CDN

**El yogur contiene probióticos, que son microorganismos vivos que ayudan al sistema digestivo con bacterias saludables. Estos cultivos activos ayudan a cambiar o repoblar las bacterias intestinales para equilibrar la flora intestinal. Esto puede ser beneficioso para reforzar la inmunidad y la salud en general, especialmente la gastrointestinal.**

Tanto el yogur griego como el yogur Skyr se cuelean más que el yogur regular. Este proceso da como resultado un producto más espeso y con mayor contenido proteínico.

Dependiendo de la marca que compres, 2/3 de una ración de taza puede tener hasta 20 g de proteínas. Las versiones normales tendrán cantidades similares de hidratos de carbono y un bajo contenido de azúcar, con cantidades variables de grasa. También es una excelente fuente de calcio y tiene un alto contenido en fósforo y riboflavina, por lo que es beneficioso para la salud ósea.

Las siguientes recetas y sustituciones se elaboran con queso griego o yogur Skyr. Utilizar yogur en las recetas puede añadir una cantidad significativa de proteínas y nutrientes adicionales. Aprenda a convertir sus recetas favoritas en alternativas más saludables.

## Mousse de chocolate

### Ingredientes:

- 1  $\frac{3}{4}$  taza de yogur griego
- 1 onza de leche al 2%
- $\frac{1}{2}$  taza de pepitas de chocolate negro
- 1 cucharada de miel
- 1 cucharadita de extracto de vainilla

### Preparación:

1. Caliente la leche en una olla a fuego lento.
2. Añada las pepitas de chocolate hasta que se derritan.
3. Retire del fuego.
4. Añada el extracto de vainilla y la miel.
5. Añada el yogur griego.
6. Mezcle bien todos los ingredientes.
7. Vierta en un molde y refrigere durante al menos 2 horas.
8. Cubra con crema batida si desea.



## Bagels de yogur:

Ingredientes:

- 1 taza de yogur griego
- 1 taza de harina (se puede utilizar harina de repostería)
- 2 cucharaditas de levadura en polvo
- ¼ cucharadita de sal

### Preparación:

- Bata la harina, la levadura en polvo y la sal en un bol.
- Añada el yogur y muévelo hasta formar una masa consistente.
- Divida la masa en cuatro secciones.
- Estire cada sección de la masa y dele forma de anillo.



## Aderezo Ranchero

- 1 taza de yogur griego
- 1 cucharada de vinagre de vino tinto
- 1 diente de ajo fresco machacado
- ½ cucharadita de cebolla en polvo
- 1 cucharadita de condimento italiano seco
- Una pizca de sal y pimienta



### Aderezos opcionales:

Bata ligeramente un huevo y úntelo sobre el bagel con una brocha. Añada semillas de sésamo, de amapola, etc. Forre una bandeja para galletas con papel aluminio o utilice un spray antiadherente. Cocine en un horno precalentado a 375 grados durante 25 minutos hasta que se doren ligeramente.

### Sustituciones de recetas con yogur griego o yogurt Skyr:

- Utiliza 1 cucharada de yogur en lugar de 1 cucharada de crema agria o mayonesa
- Utiliza 1/2 taza de yogur + 1/2 taza de queso crema en lugar de 1 taza de queso crema.
- Utiliza 1/2 taza de yogur + 1/2 taza de mantequilla en lugar de 1 taza de mantequilla.
- Utilice 3/4 de taza de yogur en lugar de 1 taza de aceite.

### Otras ideas:

- Añada yogur al puré de patatas o en lugar de queso crema en una patata asada.
- Utilice en lugar crema batida o ½ yogur ½ mezcla de nata montada para una dip de frutas.
- Añáda a un batido para aumentar el contenido de proteínas.



# SECCIÓN 3 Historias PACIENTE Y FAMILIA

## 24 SACUDE, AJUSTE, INSPIRE: La historia Amanda Contra el cáncer de mama

Mientras se duchaban, Amanda profesora de inglés en un instituto y apasionada entrenadora de voleibol, se topó con una pequeña anomalía en su pecho izquierdo. A pesar de su tendencia habitual a descartar los problemas de salud, una fuerte corazonada la instó a abordarlo de inmediato. [leer más...](#)

## 26 TEJER JUNTOS Esperanza y curación: Celebrando el primer año de la terapia de coser de NYCBS

La terapia de coser de New York Cancer & Blood Specialists ha alcanzado un hito trascendental con la celebración de su primer aniversario. Lo que comenzó como una salida terapéutica durante el Mes de Concienciación sobre la Salud Mental en mayo de 2022, se ha convertido en una maravillosa iniciativa comunitaria. La terapia de coser ha florecido a partir de un pequeño grupo de empleados, atrayendo a unos 40 miembros de Manhattan, el Bronx y el East End de Long Island. [leer más...](#)



# Sacude, Ajuste, Inspire:

## La historia del cáncer de mama de



Mientras se duchaba, Amanda, profesora de inglés en un instituto y apasionada entrenadora de voleibol, descubrió una pequeña anomalía en su pecho izquierdo. A pesar de su tendencia habitual a descartar los problemas de salud, una fuerte corazonada la instó a abordarlo de inmediato.

"Mi trayecto comenzó con una cita en la oficina del obstetra, seguida de una serie de pruebas diagnósticas como una mamografía, una ecografía y una biopsia", relató Amanda. La desgarradora confirmación del cáncer de mama no tardó en llegar, inundando su mente con

imágenes de famosos, campañas de concientización y la desalentadora realidad de la caída del cabello y la mortalidad.

Sin que Amanda lo supiera, su diagnóstico coincidió con la pandemia de COVID-19, una época llena de incertidumbre y retos únicos dentro del sistema sanitario. Sin compañía y con restricciones, acudir a las citas se convirtió en una experiencia que la inducía a la ansiedad.

"La búsqueda del médico adecuado fue crucial, especialmente durante esas citas solitarias en medio de la pandemia," Amanda explicó.

Afortunadamente, un amigo de confianza paciente de New York Cancer and Blood Specialists (NYCBS) la puso en contacto con el Dr. Alfredo Torres. "Cuando le conocí, me sentí conectada al instante con la práctica. Se sentió como en casa. Poco me imaginaba que se extendería mucho más allá de la fase de tratamiento y se convertiría en una relación para toda la vida."

El régimen de tratamiento de Amanda abarcaba una serie de procedimientos formidables: una mastectomía bilateral, cirugía de reconstrucción, histerectomía y múltiples rondas de quimioterapia.



Como era de esperar, se encontró con los efectos secundarios previstos, incluido la pérdida del cabello. Sin embargo, descubrió que los aspectos físicos del tratamiento a menudo quedaban eclipsados por la carga emocional y psicológica que suponían. Se dio cuenta de que la verdadera batalla empezaba después del tratamiento contra el cáncer, cuando ella luchaba por adaptarse a una "nueva normalidad".

"La quimio, las cirugías y las agujas fueron duras, pero extrañamente me parecieron las partes más fáciles", expresó Amanda. "Lo más difícil es vivir la vida después del cáncer".

A pesar de las dificultades, Amanda mantuvo una actitud optimista, sacando fuerzas de su personalidad extrovertida y de su papel como entrenadora de voleibol. El tiempo jugó un papel crucial en su recuperación, ya que le permitió centrarse en la curación durante un periodo en el que muchas actividades quedaron en suspenso debido a la pandemia. Sin embargo, la transición de vuelta al trabajo y al coaching presentó su propio conjunto de obstáculos.

"Mi mentalidad de atleta me impulsó hacia adelante. Me consideraba una superviviente, no una víctima", afirmó. "Desafiándome constantemente a mí misma y alimentando la resiliencia mental, Descubrí el poder de la superación. Es cómo respondemos a las pruebas de la vida lo que en última instancia define nuestro resultado".

A lo largo de su ardua travesía, los hijos de Amanda, que eran pequeños en el momento de su diagnóstico, le sirvieron como fuentes constantes de motivación y fortaleza. El apoyo incondicional de sus

# Amanda Schmol

Superviviente de cáncer de mama



seres queridos y las muestras de apoyo de antiguos alumnos y deportistas desempeñaron un papel fundamental en su recuperación.

Me sentí profundamente humilde por el abrumador apoyo que recibí", expresó. "Mirando hacia atrás recuerdo de todas las personas que han desempeñado un papel importante en mi viaje. Realmente me asombró ser testigo del apoyo de personas tan jóvenes".

Esta experiencia también le enseñó valiosas lecciones sobre la importancia de una asistencia sanitaria proactiva, la intervención temprana y la importancia de cultivar una sólida red de apoyo.

"Reformó mi perspectiva. El tiempo en familia se hizo más

valioso", afirmó. "Aprendí la importancia de no ignorar tu cuerpo y buscar una intervención temprana".

El vínculo de Amanda con el Dr. Torres se fue estrechando a medida que avanzaba en el tratamiento. Elogió su excepcional trato con los pacientes, su actitud tranquila y su inquebrantable confianza en su oficio. El entregado equipo médico, que incluye a las enfermeras Amanda, Anna y Megan, le proporcionó constantemente una atención atenta, creando un entorno seguro y reconfortante durante sus visitas.

"El Dr. Torres se ha convertido en una parte integral de mi vida", dijo Amanda". Confío en él y aprecio su actitud tranquila y segura. Las enfermeras de la

sala de infusión entendían mis necesidades; sabían cuándo necesitaba espacio o quería hablar".

Motivada por su propia experiencia, Amanda y su equipo de voleibol recaudan fondos para la Coalición contra el Cáncer de Mama de Islip, organización que la apoyó durante su enfermedad. Ahora aboga por la concientización sobre el cáncer de mama y anima a otras mujeres a que no ignoren su cuerpo y se mantengan al día con las revisiones.

"He aprendido mucho a lo largo de este proceso, que cuanto antes descubras algo, más fácil te resultará y más fácil será el viaje. Así que acude a las personas en las que confías, encuentra consuelo en tu fe y no tengas miedo".





**Sombreros en abundancia:** Sólo una muestra del trabajo realizado por nuestro atento y talentoso personal.

# TEJIENDO la o está faltando

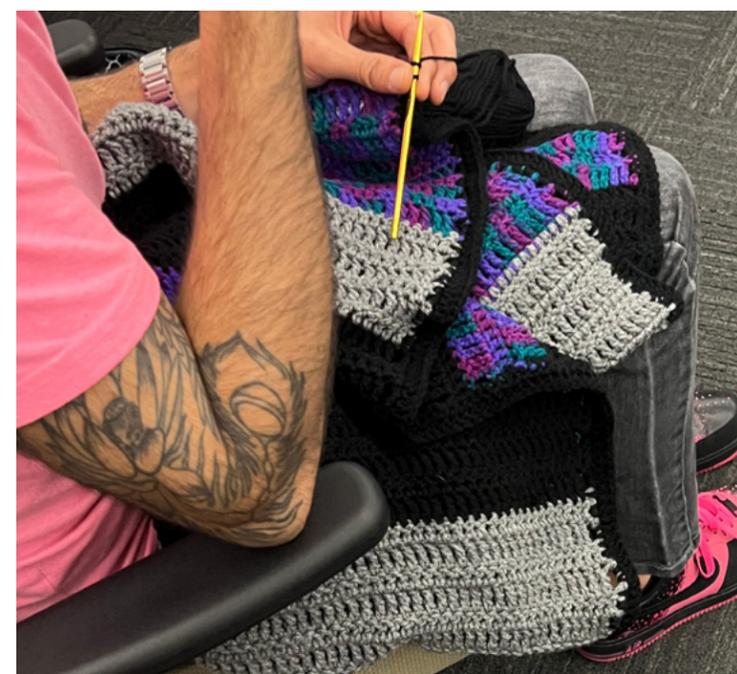
New York Cancer & Blood Specialists ha alcanzado un hito trascendental con la celebración de su primer aniversario.

**La terapia de coser de New York Cancer & Blood Specialists ha alcanzado un hito trascendental lo que comenzó como una salida terapéutica durante el mes de concienciación sobre la salud mental en mayo de 2022, se ha convertido en una maravillosa iniciativa comunitaria. La terapia de coser ha florecido a partir de un pequeño grupo de empleados, atrayendo a unos 40 miembros de Manhattan, el Bronx y el East End de Long Island.**

El impacto de la terapia de coser ha sido profundo, ya que los pacientes han mostrado amor y aprecio por los tesoros artesanales creados por el grupo. Ya se trate de los cojines para cinturón de seguridad, que permiten a las personas abrocharse cómodamente el cinturón con su Port-A-Cath, o de los gorros, bufandas, mantas y gorros de quimioterapia que proporcionan consuelo a los pacientes de infusión, cada artículo tiene un profundo significado para quienes lo reciben.



**Aldabas de ganchillo**  
(Prótesis mamarias)



La terapia de coser ofrece mucho más que bienes tangibles. El punto y el ganchillo, conocidos por sus beneficios terapéuticos, han sido ampliamente estudiados y se ha demostrado que reducen la presión arterial, ralentizan la demencia y alivian los síntomas de la artritis y el dolor crónico. Además, participar en estas actividades creativas fomenta la relajación, la concentración y la meditación, disminuyendo el estrés, la ansiedad y la depresión.

Además, el proceso cultiva la paciencia, la confianza en uno mismo y el sentido de pertenencia, abarcando a personas de toda condición.

La terapia de coser une a las personas independientemente de su edad, raza o procedencia. Los individuos crean vínculos personales al compartir este pasatiempo creativo, combatiendo la soledad y el aislamiento. La terapia de coser ha creado una comunidad local y ha conectado a personas de todo el mundo a través de las redes sociales, creando una amplia red de apoyo y compañerismo. Hay planes apasionantes en marcha para ampliar y enriquecer el programa de la terapia de coser estableciendo reuniones en lugares adicionales, garantizando una mayor accesibilidad y comodidad para todos los participantes. El objetivo es poner esta experiencia transformadora al alcance del mayor número posible de personas. Los particulares y las organizaciones pueden contribuir a el extraordinario viaje de la terapia de coser de NYCBS de diversas maneras. Si tienes experiencia tejiendo o haciendo ganchillo, puedes prestar tus habilidades para



elaborar artículos específicos. Se aceptan con gratitud donaciones de hilo, ganchos de crochet y agujas de ganchillo.

El impacto de la terapia de coser de NYCBS lo dice todo. Se han creado mantas para el regazo, sombreros, gorros para la quimioterapia, cojines para el cinturón de seguridad y aldabas de ganchillo (prótesis mamarias), que se han distribuido a diversas oficinas, llevando consuelo, alegría y empoderamiento a quienes lo necesitan.

La terapia de coser de NYCBS se ha convertido en un faro de esperanza y curación tanto para los pacientes como para los miembros de la comunidad. Al combinar los beneficios terapéuticos de tejer y hacer ganchillo con una compasión inquebrantable, este programa inspira resiliencia y enciende un renovado sentido de la posibilidad. En su segundo año de trayectoria, la terapia de coser de NYCBS sigue dedicándose a proporcionar consuelo, conexión y una salida creativa a todos los afectados por los retos del cáncer.



## Número estimado de artículos que se han fabricado/distribuido a las oficinas hasta la fecha:

Mantas - **15**

Sombreros - **120**

"Gorros de quimio"- - **35**

Cojines para cinturones de seguridad - **150**

"Aldabas" de ganchillo - **15**  
(Prótesis mamarias)



Si desea más información sobre cómo participar y apoyar la terapia de coser de NYCBS, envíe un correo electrónico a John Haffner-Henriques a [Jhenriques@nycancer.com](mailto:Jhenriques@nycancer.com).

# Boletín

## NOTICIAS Y ACTUALIZACIONES

### 32 CORTE DE CINTA Smithtown

El martes 20 de junio celebramos la apertura de nuestro nuevo centro de Oncología y Hematología de Smithtown situado en 119 Terry Road, Smithtown, NY 11787. Para celebrar este momento trascendental, se realizó una ceremonia de corte de cinta, que simboliza el inicio de una nueva era. ¡nueva era en nuestro compromiso de servir a la comunidad de Smithtown! Políticos locales y miembros de la comunidad visitaron nuestras modernas instalaciones y conocieron a nuestro equipo de médicos experimentados. [leer más...](#)

### 36 PRÓXIMOS EVENTOS DE NEW YORK CANCER FOUNDATION

Echa un vistazo a todos los emocionantes eventos para amigos de la familia que hemos planeado para los próximos meses. No dejes de decírselo a tu familia y amigos.

### 38 VIII CONFERENCIA ANUAL DE EDUCACIÓN CLÍNICA:

La 8ª Conferencia Anual de Educación Clínica fue una fantástica experiencia para todos los implicados: expositores, ponentes y asistentes. [leer más...](#)

### 41 ACTUALIZACIONES DEL EQUIPO DE NUTRICIÓN:

Vea qué se cocina con nuestros especialistas en nutrición durante estos calurosos meses de verano. Trabajan muy duro para que todos demos lo mejor de nosotros mismos. [leer más...](#)

### 42 OPORTUNIDADES PROFESIONALES Y NUEVAS CONTRATACIONES:

Crecemos constantemente y buscamos nuevos talentos. Compártelo con tus amigos y familiares que buscan una empresa en avance.



# Corte de cinta Smithtown

El martes 20 de junio celebramos la apertura de nuestro nuevo Centro de Oncología y Hematología de Smithtown, situado en 119 Terry Road, Smithtown, NY 11787. Para celebrar este momento trascendental se realizó una ceremonia de corte de cinta, que simboliza el inicio de una nueva etapa.

¡una nueva era en nuestro compromiso de servir a la comunidad de Smithtown! Políticos locales y miembros de la comunidad visitaron nuestras modernas instalaciones y conocieron a nuestro equipo de médicos experimentados.

Las nuevas instalaciones ofrecen un diseño moderno, equipos médicos avanzados y cómodos espacios centrados en el paciente para crear un entorno que fomente la curación, la comodidad y la esperanza.





# Próximos eventos de New York Cancer Foundation

Visite [nycancerfoundation.org](http://nycancerfoundation.org) para obtener más información sobre nuestros eventos

## Recaudación de fondos risas por la esperanza: 13 de julio de 2023

Únete a CGYS Entertainment y a los cómicos locales en su recaudación de fondos risas por la esperanza a beneficio de New York Cancer Foundation. Compre su entrada de 60\$ en la puerta, que incluye el cómico espectáculo y la cena. Acércate al Village Idiot Pub de Lake Grove el 13 de julio con amigos y familiares para pasar una tarde divertida. (Mayores de 16 años)

## Correr el Viñado 5k: 23 de julio y 1 de octubre de 2023

Únete a nosotros el 23 de julio de 2023 y el 1 de octubre a las 9:00 AM para ¡Correr el Viñado! ¡New York Cancer Foundation se ha asociado con Good Day for a Run, LLC! Las tres carreras tendrán lugar en Pindar Vineyards, en Peconic, Nueva York. Únete a nosotros en ambas carreras en Pindar Vineyard el 23 de julio y el 1 de octubre.

Utiliza el código "NYCancerFoundation" para obtener un 10% de descuento. Un porcentaje de la recaudación de este evento se destinará a la Fundación contra el Cáncer de Nueva York. Possibilities Rescue, Inc. también se unirá a nosotros, ya que tendrá cachorros disponibles para adopción en la carrera.

## 5º torneo anual de golf elevando la esperanza: 7 de agosto de 2023

New York Cancer Foundation está encantada de celebrar su 5º torneo anual de golf elevando la esperanza el 7 de agosto de 2023. Únete a nosotros en el Club de Golf Nissequogue para disfrutar de un hermoso día en el campo, con sorteos, subasta silenciosa y música en directo. ¿No puede jugar al golf con nosotros? Únase a nosotros a las 17:30 para nuestro cóctel de recepción. Todos los beneficios de este acto se destinarán a New York Cancer Foundation, que ayuda a los enfermos de cáncer con dificultades económicas en nuestra propia comunidad.

## 1ª Conferencia Anual de Salud de Nueva York: 26 de agosto de 2023

El 26 de agosto nos complace ser los anfitriones de la Conferencia inaugural sobre salud en Nueva York, que se celebrará en el hermoso Garden City Hotel. Con ponentes de varios patrocinadores farmacéuticos, los médicos, Los APP (por sus siglas en inglés) y el personal de enfermería disfrutarán de un día de formación y establecimiento de cont.

## 10º Día Anual de Celebración del Paciente: 9 de septiembre de 2023

¡Ha llegado nuestro día favorito! Únete a nosotros el sábado 9 de septiembre en el anfiteatro Bald Hill para recibir a más de 1.500 pacientes de NYCBS en un día lleno de diversión. Este año tendremos actividades emocionantes con nuevas atracciones, música en directo, sorteos y catering a cargo de Felicos.

## 3ª Gala anual elevando la esperanza: 13 de octubre de 2023

Únete a New York Cancer Foundation en una exquisita velada de cena y baile en honor de Ted Okon, Director Ejecutivo de Community Oncology Alliance. La noche también incluirá una subasta silenciosa el 13 de octubre de 2023 en el Ziegfeld Ballroom de Nueva York.

# 10ª edición Día de celebración del paciente

Nuestro evento favorito llega a su 10ª edición.

Únete a nosotros

**El sábado 9 de septiembre se celebrará la 10ª edición de la celebración del paciente en el anfiteatro de Bald Hill, de 12 a 4 pm.**

Se espera que este año más de 1.500 personas asistan a esta jornada llena de diversión para pacientes, cuidadores y familiares. NYCBS apoyará este evento, sin poner una carga sobre pacientes y cuidadores. Toda la ayuda restante de este evento se donará directamente a New York Cancer Foundation para seguir ayudando a los pacientes oncológicos con las facturas de sus hogares. Buscamos voluntarios. Visite [nycancerfoundation.org](http://nycancerfoundation.org) para inscribirse como voluntario.

**Los asistentes disfrutarán de actividades para toda la familia, incluidas nuevas atracciones, música en directo, juegos de carnaval, sorteos, catering a cargo de Felicos y una zona dedicada a Working Paws Training, una centro de adiestramiento y adopción de perros. El acto también contará con una tienda pop-up en la que los pacientes podrán encontrar ropa, zapatos y pelucas gratis. Estamos impacientes por verte allá.**



# 8ª edición anual

## Conferencia de Educación Clínica

La 8ª Conferencia Anual de Educación Clínica fue una experiencia fantástica para todos los participantes: expositores, ponentes y asistentes. Celebramos nuestro excepcional equipo clínico en el lujoso InterContinental New York Barclay del 2 al 4 de junio. Como New York Cancer & Blood Specialists se esfuerza por dar prioridad al mantenimiento del más alto nivel de atención centrada en el paciente, promoviendo la educación de todo el personal clínico como meta crucial para lograr este objetivo. La recaudación de este acontecimiento ascendió a casi 500.000 dólares para nuestro programa de lucha contra el cáncer de New York Cancer Foundation. Estos fondos ayudarán a los enfermos de cáncer y a sus familias con las facturas domésticas y el transporte de ida y vuelta a las citas oncológicas. Esto sólo es posible con el apoyo de los asistentes a la conferencia. Este acto no sólo sirve para educar y celebrar a nuestro equipo clínico, sino que ayudará a más de 200 pacientes oncológicos en sus necesidades cotidianas.





# Actualizaciones del equipo de nutrición

## Por Wendy Kaplan, Directora de Servicios Nutricionales

Hemos tenido el placer de contar en varias ocasiones con una estudiante entregada y entusiasta, Liv Burroso, que ha seguido de cerca a nuestro equipo de Nutrición. Desde el primer día, Liv ha mostrado un gran interés por aprender más sobre el campo a través de la observación y de su curiosidad y afán por enriquecer sus conocimientos. Esperamos verla desarrollar sus habilidades clínicas a medida que crece en su puesto y adquiere más experiencia en este campo. Creemos que la educación es una asociación y nos honra desempeñar un papel en fomentar el crecimiento y el desarrollo de la próxima generación de nutricionistas.

## Gracias de parte de Liv Burroso:

"Me gustaría agradecer personalmente a cada uno de los miembros del equipo con los que he trabajado en las diferentes sedes de New York Cancer and Blood Specialists por ayudarme a avanzar hacia mis objetivos, incluyendo la finalización de mi licenciatura y máster y la obtención del título de Dietista Registrada". Poder seguir de cerca a los dietistas en los distintos centros de tratamiento fue una experiencia increíble. El personal es cortés y dedicado a todos y cada uno de los pacientes.

## Nos complace anunciar que un nuevo miembro, Patricia Salvio se unirá a nuestro equipo a finales de julio.

Ahora ofrecemos Consultas de Nutrición en algunas de nuestras ubicaciones de PCP, incluyendo Mt. Sinai, Riverhead y Port Jefferson Ob-Gyn. La telesalud está disponible para todos los pacientes. Llame para agendar una cita de nutrición.

**Si tiene alguna pregunta, escriba a [nutrition@nycancer.com](mailto:nutrition@nycancer.com).**



# Oportunidades profesionales

## RADIÓLOGO

Contacto: Robert Nicoletti - CHRO  
[rnicoletti@nycancer.com](mailto:rnicoletti@nycancer.com)

## HEMATÓLOGO/MÉDICO DE PLANTILLA SE NECESITA UN ONCÓLOGO EN BROOKLYN, NY, EN NUESTRO HOSPITAL DE BROOKLYN

Localización  
Contacto: Eric Jackson  
[eric.jackson@oneoncology.com](mailto:eric.jackson@oneoncology.com)

## PSICÓLOGO POSTDOCTORAL ELMHURST, QUEENS, ONCOLOGÍA MÉDICA BAY SHORE, SMITHTOWN MEDICAL ONCOLOGÍA

Contacto: Robert Nicoletti - CHRO  
[jschomber@nycancer.com](mailto:jschomber@nycancer.com)

## PRACTICANTE DE ENFERMERÍA (NP)/ ASISTENTE MÉDICO (PA) BAYSIDE MEDICAL ONCOLOGÍA, STATEN ISLAND MEDICAL ONCOLOGY, NEWBURGH MEDICAL ONCOLOGÍA

Contacto: Robert Nicoletti - CHRO  
[apprecruitment@nycancer.com](mailto:apprecruitment@nycancer.com)

## SECRETARIA DE RECEPCIÓN MÉDICA

Contacto: Robert Nicoletti - CHRO  
[careers@nycancer.com](mailto:careers@nycancer.com)

## HEMATÓLOGOS/ONCÓLOGOS

Contacto: Robert Nicoletti - CHRO  
[eric.jackson@oneoncology.com](mailto:eric.jackson@oneoncology.com)

## TÉCNICO EN HISTOLOGÍA ESTACIÓN DE PORT JEFFERSON ONCOLOGÍA MÉDICA

Contacto: Robert Nicoletti - CHRO  
[careers@nycancer.com](mailto:careers@nycancer.com)

## ENFERMERAS PRÁCTICANTES CON LICENCIA (LPNS) ONCOLOGÍA MÉDICA CENTRAL PARK

Contacto: Robert Nicoletti - CHRO  
[careers@nycancer.com](mailto:careers@nycancer.com)

## JEFE DE ENFERMERÍA ONCOLOGÍA MÉDICA ELMHURST

Contacto: Gregory Colas  
[gcolas@nycancer.com](mailto:gcolas@nycancer.com)

## TÉCNICO DE LABORATORIO ESTACIÓN DE PORT JEFFERSON ONCOLOGÍA MÉDICA

Contacto: Robert Nicoletti - CHRO  
[gcolas@nycancer.com](mailto:gcolas@nycancer.com)

## JEFE DE ENFERMERÍA ONCOLOGÍA MÉDICA DE STATEN ISLAND

Contacto: Robert Nicoletti - CHRO  
[rnicoletti@nycancer.com](mailto:rnicoletti@nycancer.com)

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

Visite:  
[nycancer.com/carreras](http://nycancer.com/carreras)

o  
**Escanee el código QR**



# Nuevos Empleados

**Alicia Hinds** (enfermera diplomada)  
**Alyssia Bellospirito** (Coordinadora de nuevos pacientes)  
**Angelina Hughes** (Operadora de comunicaciones con los pacientes)  
**Christina Aprile** (Auxiliar de laboratorio nocturno)  
**Christopher Lembo** (Recepcionista flotante)  
**Christopher Todd** (Tecnólogo de rayos X)  
**Danielle Auwarter** (Tecnóloga de ultrasonidos)  
**Danielle Fenton** (LPN de admisión)  
**Danielle Zacher** (Recepcionista de recepción médica flotante)  
**Dena Mathew** (Auxiliar médico)  
**Isabella Reed** (Enfermera diplomada)  
**Janae Remy** (Auxiliar médico de laboratorio)  
**Jenna Dimech** (Operadora de comunicaciones con pacientes)  
**Jennifer DiRusso** (Tecnóloga de TAC)  
**Jocelyn Alvarez** (Auxiliar médico)  
**Joseph School** (Tecnólogo de Rayos X)  
**Kaitlyn Murtagh** (Enfermera titulada)  
**Katelyn Boyle** (Enfermera de admisión)  
**Katherine Sievers** (Auxiliar de fisioterapia)  
**Kimberly Lorio** (Enfermera diplomada)  
**Madeleine Kirby** (MA flotante de obstetricia y ginecología)  
**Matteo Asher** (Auxiliar de facturación)  
**Megan Alexander** (Recepcionista de recepción médica)  
**Megan Donlevy** (enfermera especializada)  
**Melissa Rhodes** (Operadora de comunicaciones con pacientes)  
**Michelle Diaz** (Asistente Médico CCM)  
**Oscar Recinos** (Operador de comunicaciones con pacientes)  
**Rachael Lewis** (LPN Flotante)  
**Rachel Tanenblatt** (Radioterapeuta)  
**Rita Wu** (Histotécnica)  
**Shari Puleo** (Coordinadora de Radiología Mamaria)  
**Sherese Simon** (Lab MA)  
**Tashanna Brown** (Enfermera Practicante)  
**Veronica Vargas** (Auxiliar Médico)  
**Virginia David** (LPN)  
**Zirong Zhang** (tecnólogo de laboratorio médico)

**THE NEW YORK  
CANCER & BLOOD  
SPECIALISTS**

**JUNIO  
EMPLEADO**



Enhorabuena a  
**CLEBER MACHADO**



# 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).