

NEW YORK CANCER &amp; BLOOD SPECIALISTS

FEBREBRO + MARZO 2024

# SPECIALIST

Boletín informativo

## 23 MISIÓN QUIRÚRGICA DEL DR MANGIAMELI EN GHANA



EDICIÓN DESTACADOS

**6** **Cuidado preventivo**  
La atención preventiva es una prioridad para todos nuestros pacientes.

**10** **Cáncer colonrectal**  
La importancia de la detección temprana

**14** **Bienestar del cáncer**  
¿Qué significa el bienestar del cáncer?



## Mensaje del CEO

**Amigos,**

*¡Bienvenidos al 2024! Espero que todos hayan tenido una maravillosa temporada navideña y se sientan cómodos nuevamente en la rutina y listos para afrontar otro año.*

Febrero se caracteriza por ser un periodo repleto de festividades y eventos significativos, como el mes nacional de la prevención del cáncer, el día mundial del cáncer, el mes de la historia afroamericana y el mes estadounidense del corazón, entre otros. Es por ello que hemos dedicado las páginas de esta edición de The Specialist a compartir historias que lo educarán, lo empoderarán y lo inspirarán.

En "Bienestar del cáncer: ¿Qué significa eso?" Exploramos los aspectos multifacéticos del bienestar de los pacientes con cáncer. Más allá de los tratamientos médicos, nuestro objetivo es proporcionar una guía integral para apoyar y mejorar el bienestar general de las personas que enfrentan los desafíos del cáncer.

Aprenderemos todo sobre la inspiradora aventura del Dr. David Mangiameli en Ghana mientras comparte sus experiencias de su misión quirúrgica. Su dedicación a las iniciativas de salud global reflejan el corazón de nuestra misión en New York Cancer & Blood Specialists: generando un impacto positivo en las vidas, no solo a nivel local, sino en todo el mundo.

La salud del corazón es una prioridad en nuestro enfoque, ya que ofrecemos información valiosa y consejos prácticos para fomentar el bienestar cardiovascular. Comprender el vínculo entre el sodio, la hipertensión y la salud cardiovascular es crucial, y nuestros artículos tienen como objetivo arrojar luz sobre cómo tomar decisiones informadas para un estilo de vida saludable que beneficie al corazón.

A medida que nos sumergimos en la celebración del Día de San Valentín, nuestra sección de ideas de regalos adopta un enfoque singular. Descubrirás una selección de regalos saludables y considerados que expresarán verdaderamente cuánto valoras a tus seres queridos.

Les deseo un mes lleno de buena salud, amor y bienestar.

Un cordial saludo,  
**DR. V**



# Sección

## Salud

*¡Descubra qué nuevos equipos, procedimientos y tratamientos están disponibles hoy!*

6

7

11

12

14

15

# OCHO

## Maneras de apoyar un corazón saludable

Cómo cuidar uno de los órganos más vitales del cuerpo

Febrero se celebra como una temporada de amor. Es un mes muy asociado con el día de San Valentín, los gestos románticos y todo lo que tiene forma de corazón. Febrero también marca el Mes Estadounidense del Corazón. Más allá del intercambio de chocolate, flores y afecto con los seres queridos, este mes inspira a cuidar nuestros corazones, tanto emocional como físicamente. Desde mantenerse hidratado hasta hacer ejercicio, siga leyendo para conocer formas de mantener un corazón sano.

### 1. Comer alimentos saludables para el corazón

Incorpore alimentos saludables para el corazón como verduras y frutas frescas, proteínas saludables, grasas saludables como pescado azul con alto contenido de ácidos grasos omega-3, algunos cereales integrales en lugar de cereales refinados, legumbres, nueces, semillas, carnes magras no procesadas, aves y lácteos en su dieta. Minimice el azúcar añadida, las grasas no saludables y la sal. Sustituir la sal por hierbas y especias también es una opción saludable. Las nueces, las semillas, el aguacate, las aceitunas y los aceites saludables como el aceite de oliva (distinto del aceite de palma y de coco) contienen grasas poliinsaturadas y monoinsaturadas saludables para el corazón, que son una mejor opción que los alimentos con alto contenido

### 2. Ejercitarse regularmente

Comience con una meta pequeña y realista de movimiento diario o semanal, y trate de aumentar hasta 150 minutos de actividad física de intensidad moderada y dos días de actividad de fortalecimiento muscular cada semana

### 3. Priorizar el sueño

Dormir bien es esencial para una buena salud y descansar lo suficiente puede ayudar a mantener un corazón sano. El CDC, por sus siglas en inglés, recomienda que la mayoría de los adultos duerman entre siete y nueve horas por noche.

### 4. Mantener su presión arterial en un buen rango

La presión arterial alta a menudo no presenta síntomas específicos, por lo que es importante controlar su presión arterial asistiendo a exámenes físicos anuales y, si es necesario, utilizando un monitor de presión arterial que usted mismo pueda usar en casa. Si le diagnostican presión arterial alta, hacer cambios en la dieta, el ejercicio y el estilo de vida puede ayudar a reducir la presión arterial y mantener un corazón sano. Su médico podría recomendarle medicamentos para ayudar a reducir la presión arterial.

### 5.

#### Evitar fumar

Todos sabemos que fumar cigarrillos tiene un efecto negativo en los pulmones y en la salud en general, pero también puede ser perjudicial para la salud del corazón. Fumar daña el corazón y los vasos sanguíneos muy rápidamente. Las sustancias químicas del humo del cigarrillo hacen que las células que recubren los vasos sanguíneos se hinchen e inflamen. Esto puede estrechar los vasos sanguíneos y provocar muchas enfermedades cardiovasculares. El daño causado por fumar puede repararse para la mayoría de los fumadores que dejan de fumar. Incluso los fumadores veteranos pueden ver mejoras rápidas en su salud cuando dejan de fumar.

### 6.

#### Mantenerse hidratado

Su corazón siempre está trabajando y bombea alrededor de 2000 galones de sangre al día, por lo que mantenerse hidratado es clave para respaldar la salud de su corazón. El agua es la mejor fuente para mantenerse hidratado y es importante asegurarse de consumir suficiente agua diariamente. Las verduras y frutas también son buenas fuentes de alimento para la hidratación.

### 7.

#### Minimizar el consumo de alcohol

Si consume alcohol bébalo con atención y moderación, limitando el consumo diario a no más de 1 trago para las mujeres y 2 tragos para los hombres.

### 8.

#### Reducir los niveles de estrés

Los niveles altos de estrés pueden afectar la salud de su corazón. La incorporación de prácticas de atención plena como el yoga, la meditación y la respiración puede ayudar a aliviar el estrés y, en última instancia, conducir a un corazón más sano.

Para cualquier duda sobre su corazón o su tratamiento, consulte con su médico.

#### Fuentes:

American Heart Association: How Do I Follow a Healthy Diet Pattern?  
CDC: Smoking and Cardiovascular Disease

## DATOS CURIOSOS SOBRE EL CORAZÓN

El corazón, ubicado en el medio del pecho, puede pesar entre 7 y 15 onzas.

# Priorizar la atención preventiva

Aunque la salud es una prioridad para muchos en el nuevo año, la atención preventiva es un aspecto de mejorar y mantener la salud que a menudo se descuida. Recibir atención preventiva de rutina puede ayudarle a vivir una vida más larga y saludable.

En New York Cancer & Blood Specialists (NYCBS), el hematólogo y oncólogo Dr. Nolyn Nyatanga combina hábilmente la medicina moderna con la atención médica preventiva, guiando a los pacientes hacia un bienestar integral. Durante su adolescencia, la Dra. Nyatanga cuidó a niños enfermos en un orfanato de Zimbabue y fue testigo del impacto de las enfermedades prevenibles en las poblaciones vulnerables. Esta experiencia no sólo le inculcó un profundo aprecio por la atención médica preventiva, sino que también enfatizó el papel fundamental de la medicina moderna en el tratamiento y curación de enfermedades.

“Las conversaciones abiertas sobre atención preventiva y exámenes de detección personalizados son importantes,”

Dr. Nyatanga

Las pruebas de Papanicolaou de rutina y las mamografías anuales en mujeres, así como las colonoscopias y las pruebas de detección de cáncer de próstata y pulmón, si están indicadas, son componentes integrales de la atención preventiva. "Los datos han demostrado a lo largo de los años que la detección temprana del cáncer se traduce en una disminución de la morbilidad y la mortalidad a largo plazo", afirma el Dr. Nyatanga.

La Organización Mundial de la Salud sugiere que aproximadamente entre el 30 y el 50% de todos los cánceres se pueden prevenir. Realizar modificaciones en el estilo de vida, como adoptar una dieta saludable, incorporar ejercicio regular, dejar de fumar y moderar el consumo de alcohol, puede desempeñar un papel crucial para mejorar su bienestar general y llevar una vida más plena. Se recomienda esforzarse por realizar al menos 150 minutos de ejercicio moderado por semana, además de mantener la ingesta de alcohol por debajo de una bebida por día para las mujeres y menos de dos bebidas por día para los hombres. "Como parte de la atención preventiva para mis pacientes, doy prioridad a la optimización de los niveles de vitamina D. Los niveles bajos de vitamina D se han relacionado con muchas enfermedades y cánceres, incluidos, entre otros, el cáncer de mama, el cáncer de próstata, el cáncer de colon y



Los paseos por el barrio, el parque o una caminata tranquila por el bosque provocan una sensación mágica de estar conectados con algo más grande que nosotros mismos.

el mieloma múltiple. La Sociedad Endocrina Estadounidense recomienda mantener los niveles de vitamina D entre 40 y 60 ng/ml, por lo que me esfuerzo por mantener a mis pacientes alrededor de 50 ng/ml", dice el Dr. Nyatanga.

"Las conversaciones abiertas sobre atención preventiva y exámenes de detección personalizados son importantes", dice el Dr. Nyatanga. "La consulta con su médico garantiza que reciba la atención específica que necesita". Para programar una cita con el Dr. Nyatanga, llame al

718-732-4049.





CASTLE  
CONNOLLY

#1 PHYSICIAN  
PRACTICE  
NEW YORK

MOST TOP  
DOCTORS IN  
CANCER CARE

2024

# NYCBS #1

## Consultorio médico en New York Los mejores médicos en atención del Cáncer

*Castle Connolly ha nombrado a New York Cancer & Blood Specialists su consultorio médico número uno en Nueva York entre los mejores médicos en atención del cáncer. A nivel nacional, sólo el 7 por ciento de los más de 950.000 médicos en ejercicio en los Estados Unidos obtuvieron este año la designación de "Mejores médicos" de Castle Connolly.*

"Que Castle Connolly reconozca a nuestros médicos como 'Mejores médicos' es un testimonio de la dedicación incomparable y la notable experiencia de nuestros médicos en New York Cancer & Blood Specialists", dijo Jeff Vacirca, MD, director ejecutivo de New York Cancer & Blood. Especialistas. "Este galardón destaca no sólo su excelencia individual sino también la fortaleza colectiva dentro de nuestra práctica, donde cada día nuestros médicos se comprometen a brindar atención asequible de clase mundial centrada en el paciente en sus propias comunidades".

Todos los mejores médicos de Castle Connolly son nominados por sus pares, y luego el equipo de investigación de Castle Connolly evalúa criterios importantes para determinar quién figura en la lista, incluidas calificaciones profesionales, educación, nombramientos hospitalarios y docentes, liderazgo en investigación, reputación profesional, historial disciplinario y habilidades interpersonales, y datos de resultados (cuando estén disponibles).

Castle Connolly Accolades reconoce los sistemas de salud, hospitales y consultorios médicos que brindan un nivel excepcional de atención médica de alta calidad a través de sus médicos Castle Connolly Top Doctor mejor clasificados. Los reconocimientos se presentan en función del número de Top Doctors en una institución determinada, teniendo en cuenta el tipo de institución, la ubicación y el área de especialidad.

Un premio Castle Connolly puede brindarles a los pacientes la confianza de que trabajarán con un equipo de mejores médicos, en una organización que está comprometida a brindar atención de alta calidad a todos sus pacientes.

# La importancia de la detección temprana de Cáncer colorrectal



Marzo inicia el mes de concientización sobre el cáncer colorrectal, dando espacio para la conversación sobre el Cáncer Colorrectal. Durante este tiempo, es importante reconocer las pautas de detección del cáncer colorrectal y las formas de reducir su riesgo. También llamado cáncer de colon o cáncer de recto, el cáncer colorrectal es una enfermedad en la que se forman células cancerosas en los tejidos del colon o del recto al final del tracto digestivo. Los síntomas pueden tardar muchos años en aparecer, por lo que la detección temprana es clave en la lucha contra el cáncer colorrectal.

## ¿Cuándo comenzar a realizar pruebas de detección?

- Se recomienda comenzar a realizar pruebas periódicas de detección de cáncer colorrectal a los 45 años.
- Es posible que necesite hacerse pruebas de detección antes de los 45 años si tiene un mayor riesgo de desarrollar cáncer colorrectal, como antecedentes familiares de cáncer colorrectal, antecedentes personales de enfermedad inflamatoria intestinal, colitis ulcerosa o enfermedad de Crohn, u otros factores de riesgo.
- Debe continuar con las pruebas periódicas de detección de cáncer colorrectal hasta los 75 años si está sano y tiene una esperanza de vida de más de 10 años.
- Si tiene entre 76 y 85 años, factores como la esperanza de vida, la salud general y el historial de exámenes de detección previos determinan la recomendación de su médico sobre si debe hacerse un examen de detección y cuándo.
- Si tiene más de 85 años, probablemente no necesitará una prueba de detección de cáncer colorrectal.

*Existen varias pruebas de detección que se utilizan para detectar el cáncer colorrectal. Las colonoscopias son el tipo más común de detección del cáncer colorrectal. Consulte a su proveedor de atención médica sobre qué prueba es adecuada para usted.*

## Opciones de pruebas de detección

### Pruebas de heces

- La prueba de sangre oculta en heces a base de guayaco (gFOBt) utiliza el químico guayaco para detectar sangre en las heces. Su proveedor de atención médica le enviará un kit de prueba casero. El proceso de uso del kit de prueba casero incluye el uso de un bastoncillo o un cepillo para obtener una pequeña cantidad de heces. Una vez completado esto, devolverá el kit de prueba a su médico o a un laboratorio, donde se analizan las muestras de heces en busca de sangre.

**¿Con qué frecuencia?:** Una vez al año

### Pruebas de heces (continuación)

- La prueba inmunoquímica fecal (FIT, por sus siglas en inglés) utiliza anticuerpos para detectar sangre en las heces..
  - ¿Con qué frecuencia?:** Una vez al año
- La prueba FIT-DNA (también llamada prueba de ADN en heces) combina la FIT con una prueba que detecta ADN alterado en las heces. El proceso de esta prueba incluye recolectar una evacuación intestinal completa y enviarla a un laboratorio. El laboratorio realizará pruebas de ADN y sangre alterados.
  - ¿Con qué frecuencia?:** Una vez al año

### Sigmoidoscopia flexible

- Durante esta prueba, se colocará en el recto un tubo corto, delgado y flexible con una luz. Su médico buscará pólipos o cáncer dentro del recto y en el tercio inferior del colon.
  - ¿Con qué frecuencia?:** Cada 5 años, o cada 10 años con un FIT cada año

### Colonoscopia

- Una colonoscopia examina el revestimiento interno del colon y el recto utilizando un tubo flexible con una cámara adjunta, conocido como colonoscopio, y generalmente se administra para buscar cáncer en personas que no presentan síntomas. Si se encuentran pólipos o anomalías, es posible que se extirpen o se realice una biopsia durante el procedimiento. El procedimiento suele durar entre 30 y 60 minutos. La colonoscopia se puede utilizar como prueba de seguimiento si se detecta algo inusual durante una prueba de heces o una prueba de sigmoidoscopia flexible.
  - ¿Con qué frecuencia?:** Una colonoscopia normal significa que puede esperar otros 5 a 10 años para programar su próxima colonoscopia, dependiendo de lo que recomiende su médico..

### Colonografía por TC (colonoscopia virtual)

- La colonografía por tomografía computarizada (TC), también llamada colonoscopia virtual, utiliza rayos X y computadoras para producir imágenes de todo el colon..
  - ¿Con qué frecuencia?:** Cada 5 años

## La importancia de las colonoscopias

Como el tipo más común de detección del cáncer colorrectal, las colonoscopias examinan el colon en busca de inflamación, anomalías, como pólipos y otros signos de cáncer colorrectal. La mayoría de los cánceres colorrectales comienzan como crecimientos anormales conocidos como pólipos precancerosos en el colon o el recto, y pueden tardar de 10 a 15 años en convertirse en cáncer. Debido a que estos pólipos tienen una tasa de crecimiento del cáncer lenta y pueden no presentar síntomas, la detección periódica del cáncer colorrectal, especialmente mediante colonoscopias, es crucial para eliminar los pólipos precancerosos antes de que se conviertan en cáncer colorrectal o para la detección temprana del cáncer colorrectal, si está presente. El cáncer colorrectal puede ser más fácil de tratar cuando se detecta temprano, es pequeño y no se ha propagado.

#### Fuentes:

American Cancer Society: [American Cancer Society Guideline for Colorectal Cancer Screening](#)  
 CDC: [Colorectal Cancer Screening Tests](#)  
 NIH: National Cancer Institute: [Colorectal Cancer Prevention \(PDQ®\)-Patient Version](#)

# Cómo un trabajador social de oncología puede ayudarle

Marzo es el Mes Nacional del Trabajo Social, un momento para celebrar el arduo trabajo y la dedicación de los trabajadores sociales de oncología y el impacto significativo que tienen en el apoyo a las personas y familias afectadas por el cáncer. Los trabajadores sociales de oncología son una parte fundamental de un equipo de atención del cáncer y desempeñan un papel crucial para ayudar a los pacientes, las familias y los cuidadores a afrontar el diagnóstico, el tratamiento y la remisión del cáncer.

Desde apoyo emocional hasta responder preguntas prácticas y logísticas sobre cómo afrontar el cáncer, los trabajadores sociales oncológicos autorizados ofrecen una variedad de servicios relacionados con los pacientes, que incluyen:

- Ayudarle a tomar decisiones sobre su plan de tratamiento
- Ayudarle a comprender su diagnóstico y tratamiento.
- Ayudarle a resolver preguntas sobre los costos de la atención del cáncer y el seguro médico.
- Asistencia financiera a través de subvenciones/becas.
- Ayudarle con las limitaciones o problemas de transporte
- Ofrecer referencias de apoyo para agencias comunitarias
- Referencias a consejeros de beneficios, psicólogos, nutricionistas y administradores de atención crónica.
- Proporcionar apoyo emocional y asesoramiento breve.
- Organizar ayuda interna/externa para el hogar.
- Problemas relacionados con la situación de la vivienda
- Conectar a los pacientes y sus familias con grupos de apoyo
- Educación paliativa y de cuidados paliativos

Los trabajadores sociales de oncología generalmente trabajan como parte de equipos de atención oncológica y se reúnen con pacientes y familias individualmente o juntos como familia cuando es necesario. Los trabajadores sociales de oncología también pueden ayudar a consultar a los cuidadores y familiares sobre cómo afrontar su papel durante el proceso de cáncer de su ser querido.

Puede haber una cierta sensación de aislamiento que acompaña al diagnóstico de cáncer tanto para los pacientes como para sus familiares, razón por la cual asistir a grupos de apoyo contra el cáncer puede ser beneficioso para construir una comunidad. Los trabajadores sociales de oncología pueden proporcionar u ofrecer recursos para grupos de apoyo para pacientes, familiares y cuidadores.

## La medicina de precisión transforma la atención del cáncer

New York Cancer & Blood Specialists (NYCBS) está a la vanguardia de una era revolucionaria en oncología. Décadas de exploración científica han descubierto los intrincados fundamentos genéticos del cáncer, allanando el camino para la medicina de precisión, un enfoque innovador que ha redefinido la forma en que entendemos, diagnosticamos y tratamos el cáncer.

Tradicionalmente, identificar las causas del cáncer era un rompecabezas complejo en el que estaban implicados numerosos factores ambientales. Sin embargo, el gran avance se produjo cuando los científicos se dieron cuenta de que todos estos factores compartían un hilo común: dañaban genes específicos cruciales para regular la división y el crecimiento celular. La alteración de este delicado equilibrio a nivel celular crea un entorno propicio para el desarrollo del cáncer.

**"En NYCBS, somos testigos de un cambio sísmico en la atención del cáncer con la medicina de precisión. Comprender la composición genética única del cáncer de cada paciente nos permite personalizar los tratamientos con una precisión sin precedentes, ofreciendo una nueva esperanza a quienes enfrentan este desafiante viaje."** dice el Dr. David Eagle, oncólogo-hematólogo médico de NYCBS.

En el corazón de la medicina de precisión está la comprensión de que el cáncer de cada paciente es único y alberga alteraciones genéticas distintas. Aprovechando este conocimiento, NYCBS emplea medicamentos dirigidos para abordar los productos proteicos de estos genes mutados, un proceso posible gracias a la secuenciación de próxima generación, una técnica que examina el ADN para identificar los genes específicos responsables del cáncer particular de un paciente.



Hace apenas dos décadas, los pacientes con cáncer de pulmón avanzado se sometían a tratamientos de quimioterapia similares. Hoy en día, más de diez mutaciones genéticas específicas pueden dictar medicamentos dirigidos con precisión, eliminando a menudo la necesidad de la quimioterapia tradicional. Estos medicamentos más nuevos no sólo son más suaves sino que también pueden penetrar áreas que antes eran inaccesibles, como el cerebro, proporcionando una mayor esperanza de vida a los pacientes con efectos secundarios mínimos de la medicación oral.

"La medicina de precisión ya está teniendo un impacto sustancial en la vida de los pacientes, pero el futuro es aún más prometedor", afirmó el Dr. Eagle. El análisis de los cánceres de los pacientes para detectar estas alteraciones genéticas cruciales se ha convertido en una rutina, lo que permite intervenciones cada vez más efectivas para detener el crecimiento del cáncer. a medida que nuestra comprensión continúa ampliándose".

**Para programar una cita, por favor llame 1-833-CANCER9**

**Para más información, visite [nycancer.com](http://nycancer.com).**



# Sección

## Bienestar

*Mantenga una mentalidad positiva y una forma física mientras nuestros equipos de atención lo ayudan en su viaje contra el cáncer.*

18

20

22

24

25



# Bienestar del Cáncer

## ¿Qué significa esto?

Por MaryAnn Fragola, DNP, Jefa de Servicios de Bienestar

**C**uando hablamos de pacientes con un diagnóstico de cáncer, tendemos a no considerar el “bienestar”, pero incluso con una enfermedad crónica se puede “vivir bien”. Cuando hablamos de bienestar contra el cáncer, nos referimos a vivir la mejor vida y fomentar lo que puede conducir a una mejor calidad de vida.

El bienestar tiene en cuenta su estilo de vida en su conjunto como un enfoque multidisciplinario de atención, que abarca también su salud física, mental, emocional y espiritual.

Nutriendo el organismo con una buena alimentación y un manejo nutricional específico a tus necesidades. Esto puede abarcar muchos factores. Los pacientes tienen objetivos específicos y trabajar con un nutricionista dietista registrado puede ayudarles a alcanzar estos objetivos y, al mismo tiempo, mejorar la forma en que tolera sus tratamientos en general.

Fortalecer su cuerpo con fisioterapia y participar en fisioterapia como parte de su plan de tratamiento puede restaurar la función física y la fuerza, ayudando a mantener o recuperar y mejorar su calidad de vida. Se ha estudiado que incluso el ejercicio moderado

(caminar, andar en bicicleta, nadar) durante unos 30 minutos cada día (o casi todos los días) reduce la ansiedad y la depresión, mejora el estado de ánimo y aumenta la autoestima. Además, al evaluar el tratamiento de pacientes con diagnóstico de cáncer, la debilidad es un factor importante en la toma de decisiones sobre el tratamiento, por lo que es esencial fortalecer y mover el cuerpo.

Los servicios de trabajo social y salud mental ayudan en su salud emocional. Los trabajadores sociales, psicólogos y psiquiatras ayudan a los pacientes con cáncer y a sus familias a afrontar y superar el cáncer. Están capacitados para identificar necesidades sociales y emocionales y brindar servicios para satisfacerlas. Son un miembro clave de los equipos de atención del cáncer.

Los cuidados paliativos y de apoyo también forman parte del bienestar, ya que se centran en controlar los síntomas y educar a los pacientes, incluidos los cuidadores, como parte de todo el equipo. Crea una mejor relación y una comunicación abierta y aliviará los temores en caso de que llegue el momento en que los objetivos de la discusión sobre la atención se conviertan en el centro de atención. Lo más importante es que los estudios revelan que los pacientes que reciben cuidados paliativos tienen mejores

resultados y una mayor extensión de vida.

Básicamente, mejorar el “bienestar” o la calidad de vida general de una persona se ha convertido en un aspecto más nuevo de la atención a medida que el cáncer se ha convertido en una enfermedad cada vez más crónica. Un mejor manejo de los síntomas conduce a una mayor tolerancia,

lo que conduce a un mejor cumplimiento de los regímenes de tratamiento, incluida la quimioterapia, la inmunoterapia, la radiación, etc., lo que luego conduce a mejores resultados. Asegurémonos de ofrecer todos nuestros servicios de bienestar a nuestros pacientes para mostrarles lo beneficiosos que son en el plan de tratamiento del paciente.



## Formularios y términos comunes relacionados con la planificación anticipada de la atención

Por MaryAnn Fragola, DNP, Jefa de Servicios de Bienestar

Abordar los cuidados al final de la vida es una cuestión compleja. Aunque es difícil hablar de la fase final de la vida, puede ser un gran regalo para nuestra familia y nuestros seres queridos prepararlos con antelación para las decisiones, a veces difíciles y angustiosas, que deben tomarse con respecto a la atención médica futura. La planificación anticipada de la atención es una parte importante de la atención sanitaria y, a menudo, es un tema difícil de abordar.

Las directivas anticipadas son documentos legales mediante los cuales usted puede tomar disposiciones para futuras decisiones de atención médica en caso de que no pueda tomar estas decisiones por sí mismo. Una directiva anticipada le permite decidir sus necesidades y deseos de atención si no puede hablar por sí mismo. Estos documentos legales proporcionan instrucciones para la atención médica y sólo entran en vigor si no puede comunicar sus propios deseos. Su decisión de aceptar o rechazar un tratamiento médico realmente depende de sus deseos, valores y creencias personales.

Es importante que cualquier proveedor de atención médica esté familiarizado con la educación sobre formas y terminología comunes. Algunos términos y formularios comunes se enumeran a continuación:

### Referencias:

<https://ag.ny.gov/sites/default/files/advancedirectives.pdf>  
<https://www.nia.nih.gov/health/advance-care-planning/advance-care-planning-advance-directives-health-care#:~:text=Advance%20directives%20are%20legalld>  
 World Health Organization

**RCP o reanimación cardiopulmonar:** es un procedimiento de emergencia para reiniciar el trabajo del corazón y los pulmones comprimiendo el tórax, cubriendo el corazón y forzando el ingreso de aire a los pulmones. Los procedimientos adicionales para salvar vidas incluyen ventilación mecánica o respirador y medicamentos intravenosos para regular la presión arterial y el ritmo cardíaco.

**Orden de no reanimar (DNR):** Es una orden médica escrita por un médico. Instruye a los proveedores de atención médica a no realizar reanimación cardiopulmonar (RCP) u otros procedimientos de emergencia para salvar vidas si los latidos de su corazón o su respiración se detienen. Se coordina una DNR con su médico o proveedor de atención médica antes de que ocurra una emergencia.

**Orden de no intubar (DNI):** Un documento similar, un DNI, informa al personal médico de un hospital o centro de enfermería que no desea estar conectado a un ventilador.

**Health Care Proxy:** Este formulario le permite designar a un agente de atención médica, alguien en quien usted confía para que tome decisiones de atención médica por usted si usted no puede hacerlo por sí mismo. Para que el poder de atención médica entre en vigor, dos médicos deben decidir que usted no puede tomar sus propias decisiones.

**Testamento vital:** le permite dejar instrucciones escritas que expliquen sus deseos de atención médica, especialmente sobre la atención al final de la vida. Este documento entra en vigencia cuando usted no puede tomar sus propias decisiones y su médico confirma que tiene una condición incurable. No puede utilizar un testamento vital para nombrar un agente de atención médica; debe utilizar un formulario de poder de atención médica.

**Forma MOLST:** Las órdenes médicas para tratamientos de soporte vital permiten a los médicos registrar sus preferencias con respecto a la reanimación cardiopulmonar (RCP), la intervención mecánica y otros tratamientos de soporte vital en un formulario como orden médica. Para que sea válido, debe ser completado por un profesional de la salud y firmado por un médico con licencia del estado de Nueva York.

**Poder legal:** Esto le brinda la capacidad de nombrar a un representante que pueda actuar en su nombre inmediatamente después de su firma o tras la ocurrencia de un evento futuro que usted haya identificado. Este poder tiene una validez definida, hasta que usted lo revoque o hasta su fallecimiento; permanece vigente incluso en casos de incapacidad mental o física.

**Sustituto:** es una persona cercana a usted, según lo define la ley del estado de Nueva York, que puede tomar decisiones en su nombre si ha perdido la capacidad de tomar decisiones sobre su tratamiento médico y no ha designado un agente de atención médica.

**Cuidados paliativos:** es un enfoque multidisciplinario de atención médica especializada para personas con enfermedades terminales, que se centra en brindarles alivio de los síntomas, el dolor, el estrés físico y el estrés mental del diagnóstico terminal.

*La Organización Mundial de la Salud define los cuidados paliativos como: Los cuidados paliativos son un enfoque que mejora la calidad de vida de los pacientes y sus familias que enfrentan los problemas asociados con enfermedades potencialmente mortales, a través de la prevención y el alivio del sufrimiento mediante la identificación temprana y la atención impecable. Evaluación y tratamiento del dolor y otros problemas físicos, psicosociales y espirituales (OMS 2002, p 83).*

**Documento de los cinco deseos:** Cinco deseos es único entre todos los demás testamentos vitales y agentes de atención médica porque aborda todas las necesidades de una persona: médicas, personales, emocionales y espirituales. También ayuda a guiar y estructurar las conversaciones con su familia y su médico, facilitando las conversaciones.

Es un documento legal fácil de usar que le ayuda a expresar sus deseos ante una enfermedad grave. Además de las cuestiones médicas y legales, los cinco deseos se ocupa de cuestiones de comodidad y mantenimiento de la dignidad, así como de las muchas preocupaciones personales, familiares y espirituales que la gente considera más importantes. Es la directiva anticipada más popular en Estados Unidos y está disponible en 29 idiomas. Este documento es legalmente válido en casi todos los estados y está disponible en nuestras oficinas.

Es importante comprender que la planificación anticipada de la atención no es sólo para personas que padecen una enfermedad terminal. A cualquier edad, una crisis médica podría dejarlo incapaz de comunicar sus propias decisiones de atención médica. Planificar con anticipación su atención médica futura puede ayudarlo a garantizar que reciba la atención médica que desea y que alguien en quien confíe estará allí para tomar decisiones por usted.

También es importante elegir a alguien en quien confíe como su apoderado para la atención médica y discutir sus valores y preferencias con esa persona. Estas decisiones pueden cambiar con acontecimientos de la vida o enfermedades continuas. Sepa que está bien actualizar sus deseos y deseos de tratamiento médico. Además, analice estos temas con frecuencia con sus proveedores y su equipo de atención de apoyo para que sean un elemento conocido en su atención.

# Cuatro Recetas Con Pasta De Garbanzos

Mes Nacional de la Nutrición

La pasta de garbanzos ofrece una variedad de beneficios para la salud, incluido un mayor contenido de proteínas y fibra en comparación con la pasta tradicional. Puedes prepararlo como pasta normal, según su preferencia de sabor. Lo ideal es servirlo inmediatamente. Con más proteínas, puede favorecer la salud muscular, mientras que la fibra añadida contribuye a mejorar la digestión y la salud intestinal en general. Incorporar pasta de garbanzos a tu dieta puede ser una opción nutritiva para mejorar la ingesta de proteínas y promover el bienestar digestivo.

## Pasta con salmón y floretes de brócoli y tazón de proteína de tomate

Wendy Kaplan

### Ingredientes:

- 3 ½ tazas de pasta Banza
- 1 ½ tazas de floretes de brócoli congelados
- 4 cucharaditas de aceite de oliva virgen extra
- 1/3 taza de cebolla picada (roja o blanca)
- 2 dientes de ajo picados
- 1 lata de tomates cortados en cubitos, escurridos o 2 tazas de tomate picado (~2 grandes)
- ½ cucharadita de sal (u omitir)
- ½ cucharadita de albahaca
- ½ cucharadita de orégano
- ¼ de cucharadita de pimienta negra
- 1 lata (12 onzas) de salmón con espinas, escurrido y desmenuzado
- Perejil picado para decorar

### Instrucciones

- 1 Cocine la pasta según las instrucciones del paquete
- 2 Agregue el brócoli durante los últimos 5 minutos del tiempo de cocción (deje que el agua vuelva a hervir antes de continuar con el tiempo estipulado).
- 3 Deje escurrir
- 4 Caliente 2 cucharaditas de aceite de oliva virgen extra en una sartén grande a fuego medio. Cocine y revuelva las cebollas y el ajo durante 3 minutos.
- 5 Agregue los tomates, la sal, la pimienta, la albahaca, el orégano y caliente por otros 4-5 minutos.
- 6 Agrega la mezcla de pasta, el salmón y las 2 cucharaditas restantes de aceite de oliva virgen extra; mezclar suavemente hasta que se mezclen
- 7 Espolvoree con perejil y sirva al gusto.

## Pasta De Garbanzos con espinacas

Patricia Salvio

### Ingredientes:

- 8 oz. Pasta de garbanzos Banza (rotini o cavatappi)
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 1x 15 onzas de lata de garbanzos (escurridos y enjuagados; bajos en sodio) (escurridos y enjuagados; bajos en sodio)
- 3 dientes de ajo picados
- ¼ de cucharadita de hojuelas de pimienta rojo
- ¼ de cucharadita de sal kosher
- ½ cucharadita de pimienta negra
- Jugo y ralladura de 1 limón
- 1 taza de espinacas tiernas (picadas)
- 1/3 taza de queso pecorino o parmesano (rallado)
- 2 cucharadas de perejil (picado)

### Instrucciones

- 1 Cocine la pasta en una olla grande con agua hirviendo con sal hasta que esté al dente según las instrucciones del paquete. Escurrir y enjuagar con agua fría. Guarde 1/2 taza de agua para la pasta.
- 2 Caliente 1 cucharada de aceite de oliva en una sartén grande a fuego medio. Agregue los garbanzos para saltear, revolviendo ocasionalmente los garbanzos. Se volverán crujientes y dorados en unos 5-6 minutos.
- 3 Agregue el ajo picado, las hojuelas de pimienta rojo, la sal y pimienta, cocinando durante 30 segundos a 1 minuto, hasta que esté fragante.
- 4 Agregue la pasta cocida, el jugo de limón, la ralladura de limón y 1 cucharada de aceite de oliva.
- 5 Agrega las espinacas, el queso pecorino y el perejil. Las hojas verdes se marchitarán en 1 o 2 minutos.
- 6 Cubra con queso pecorino adicional antes de servir.

## Pasta Banza con Salsa de Berenjenas

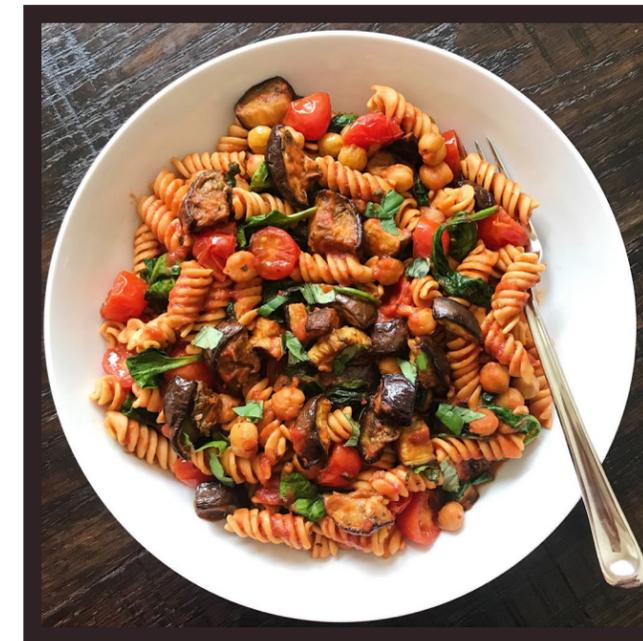
Michelle Slowey

### Ingredientes:

- 2 berenjenas grandes
- 3 cucharadas de aceite de oliva
- sal marina y pimienta negra molida, al gusto
- perejil fresco para decorar
- ¼ de taza de nueces
- 4 dientes de ajo
- 8 onzas de pasta Banza gemelli
- ¼ de taza de cebolla picada
- 1 cucharada de queso parmesano
- 1 cucharada de leche

### Instrucciones:

- 1 Pelar y picar la berenjena en cubos. Hervir durante unos 5 minutos.
- 2 Hornee una cabeza de ajo entera sazonada con aceite de oliva y condimentos italianos en una máquina para hornear ajo durante 45 minutos a 425 grados. (solo usarás 4 dientes para esta receta)
- 3 Rocea una sartén con aceite de oliva y sofríe la cebolla picada durante un minuto. Agregue la berenjena escurrida y saltea durante 2-3 minutos más.
- 4 Cocine la pasta según las instrucciones del paquete.
- 5 Transfiera la berenjena y la cebolla a un procesador de alimentos, sazone con sal y pimienta y agregue la leche. Agregue 4 dientes de ajo horneado, ¼ de taza de nueces y una cucharada de queso. Licue hasta obtener una crema suave.
- 6 Escurra la pasta y mézclala con la salsa de berenjenas. Sirva con queso parmesano rallado o decore con perejil fresco y pimienta molida.



## Ensalada De Pasta Griega Banza

Lauren McGarty

### Ingredientes:

- 8 oz. pasta seca Banza
- 1 taza de tomates cherry dulces cortados en mitades
- 1 pimienta rojo mediano cortado en cubitos
- 1 pimienta morrón naranja mediano cortado en cubitos
- 1 pimienta verde mediano cortado en cubitos
- 1 pepino inglés cortado en cubitos
- 4 onzas de queso feta desmenuzado
- ½ taza de aceitunas Kalamata en rodajas
- 1/3 taza de cebolla morada finamente picada

### Salsa Griega:

- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 2 cucharadas de vinagre de vino tinto
- 1 cucharadita de mostaza de Dijon
- 1 cucharadita de orégano seco
- 2 dientes de ajo picados
- Sal y pimienta para el sabor

### Instrucciones:

- 1 Traiga una olla grande con agua a hervir. Agregue la pasta y cocine según el paquete hasta que la pasta esté al dente. Cuando la pasta termine de cocinarse, puede colar y enjuagar con agua fría hasta que se enfríe.
- 2 Mientras se cocina la pasta, prepare el aderezo batiendo todos los ingredientes en un tazón o taza. Ajústelo a sus preferencias de gusto
- 3 Agrega la pasta enfriada a un tazón grande con las verduras picadas.
- 4 Vierta el aderezo encima y revuelva para cubrir
- 5 Sirva inmediatamente o colóquelo en el refrigerador hasta que esté listo para servir.

# Navegando por el vínculo entre el sodio, la hipertensión y el bienestar cardiovascular

¿Sabía que la hipertensión representa la mayor proporción de factores de riesgo modificables de enfermedad cardiovascular, tanto en los Estados Unidos como a nivel mundial?

La presión arterial alta (o hipertensión) significa que su presión arterial es constantemente demasiado alta y su corazón tiene que trabajar más para bombear sangre por todo el cuerpo. Por lo general, no presenta síntomas, pero si no se trata, aumenta el riesgo de sufrir eventos cardiovasculares. Por eso es tan importante controlar su presión arterial con regularidad.

La directora de servicios nutricionales de New York Cancer & Blood Specialist, Wendy Kaplan, RDN, señala que al seleccionar alimentos basándose en las etiquetas, el sodio en los alimentos a menudo se pasa por alto en favor de otros aspectos nutricionales como las calorías, las grasas y las proteínas. El sodio está escondido en muchos alimentos insospechados y aparentemente saludables.

"La sal se compone de dos minerales: sodio y cloruro. Estos minerales desempeñan un papel en el mantenimiento de la hidratación, apoyan la función nerviosa y muscular y ayudan a la digestión", explica Kaplan. "El exceso de sodio puede ser perjudicial para la salud".

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades informan que la ingesta diaria promedio de sodio para los estadounidenses supera los 3400 miligramos, superando el

límite federal recomendado de menos de 2300 miligramos. Este consumo excesivo de sal puede contribuir a una presión arterial elevada, y casi la mitad de los adultos estadounidenses padecen actualmente hipertensión. Los adultos no deben consumir más de seis gramos de sal al día (aproximadamente una cucharadita).

Cuando a las personas se les diagnostica hipertensión, incluso una pequeña reducción de la presión arterial sistólica (el número superior) (5 mm Hg) reduce los eventos cardíacos importantes, como un ataque cardíaco o un derrame cerebral, en un 10%.

"Existen conceptos erróneos en torno al sodio, uno de los cuales es que el salero es el principal objetivo a cambiar. Más bien, algunos ajustes y estrategias clave relacionados con la dieta pueden mantener tu caja de herramientas llena", dice Kaplan. Adoptar un patrón de alimentación saludable, que incluya alimentos ricos en potasio, magnesio, polifenoles, nitratos y fibra, es un buen punto de partida".

Reducir el consumo de alcohol, consumir menos alimentos ultraprocesados, aumentar la actividad física, controlar los niveles de estrés y lograr un peso saludable también son componentes clave para controlar eficazmente la hipertensión y reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares.

Llame al **1-833-CANCER9** o visite [nycancer.com](http://nycancer.com) para obtener más información.

## Reseñas de médicos

### Nella Shapiro, MD

He estado yendo con la Dra. Sharpio durante años y es una experiencia agradable. La Dra. Sharpio es muy práctica, explica todo y te mantiene tranquila. Pude someterme a la cirugía en 2019 y no he tenido ningún problema. Yo recomiendo a la Dra. Sharpio cada vez que puedo. Dios la bendiga.

*Jeanette O.*

### Abhirami Vivekanandarajah, MD

Todos en la oficina y el centro de infusión han sido muy amables y serviciales. La Dra. Vivek siempre respondió todas las preguntas que tuve y siempre me sentí bien atendido. No tengo problema de recomendar esta oficina a cualquiera que necesite sus servicios.

*Michael S.*

### Adriana Guigova, DO

Un gran lugar, muy servicial, buena gente. Me encanta ir allí.

*Joseph D.*

### Roy Chen, MD

El Dr. Chen SIEMPRE me ha hecho sentir que está genuinamente preocupado por mi salud y mi bienestar. Se toma el tiempo para sentarse, hablar y responder todas y cada una de las preguntas o inquietudes que pueda tener desde mi primera visita hasta ahora. Nunca me siento apurada. Él hace un seguimiento ante cualquier inquietud. Realmente es un gran médico y persona. ¡Y el personal siempre es amable y agradable!

*Mandra C.*

### Joannis Baez Gonzalez, MD

El Doctor Báez González se asegura de que sus necesidades paliativas se atiendan oportunamente.

*Gemini D.*

## Webinar sobre La salud masculina y el agrandamiento de la próstata



Dr. Sherwin Zargaroff

Únete a nosotros el 20 de febrero de 2024 a las 6 pm,

Webinar sobre la salud masculina: el agrandamiento de la próstata (hiperplasia prostática benigna) con el Dr. Sherwin Zargaroff.

Para aumentar la conciencia sobre las causas y las opciones de tratamiento de diversas afecciones, ofrecemos seminarios web educativos gratuitos durante todo el año. Nuestro seminario web se centrará en la hiperplasia prostática benigna (HPB), también conocida como agrandamiento de la próstata, una afección común a medida que los hombres envejecen. Los síntomas incluyen:

- Frecuencia urinaria
- Flujo irregular
- Urgencia urinaria
- Corriente débil
- Esfuerzo al orinar
- Levantarse por la noche para orinar



ESCANEE PARA REGISTRARSE

Si experimenta síntomas de HPB, no está solo. La HPB afecta aproximadamente al 50 % de los hombres a los 60 años y hasta al 90 % de los hombres a los 85 años. Las opciones de tratamiento varían desde la modificación del comportamiento hasta los medicamentos, procedimientos mínimamente invasivos y cirugía. Cuál es el adecuado para usted depende de la cantidad de malestar que sienta, su edad, su salud, el tamaño de su próstata y sus expectativas posteriores al procedimiento.

Si sufre estos síntomas o conoce a alguien que los padece, le recomendamos que se una a este seminario web para obtener más información sobre las opciones de tratamiento, incluida la terapia con vapor de agua mínimamente invasiva que se puede realizar directamente en el consultorio.



# Sección

# 3

## Historias

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

29





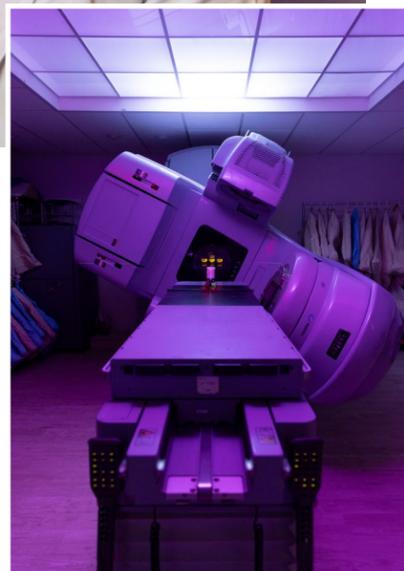
AHORA ABIERTO EL CENTRO

# Staten Island Radiation

**1781 Hylan Blvd, Staten Island, NY 11305**

*Dirigido por el Dr. Talha Shaikh y el Dr. Joshua Halpern, nuestro nuevo centro de oncología radioterápica de última generación ofrece a los pacientes técnicas de tratamiento de vanguardia, que incluyen:*

- Radioterapia conformada 3D (3D-CRT, por sus siglas en inglés)
- Radioterapia de intensidad modulada (IMRT, por sus siglas en inglés)
- Radioterapia guiada por imágenes (IGRT, por sus siglas en inglés)
- Radiocirugía Estereotáxica (SRS, por sus siglas en inglés)
- Radioterapia Corporal Estereotáxica (SRBT, por sus siglas en inglés)
- Radioterapia con haz de electrones
- Braquiterapia
- Brachytherapy



## LA MISIÓN QUIRÚRGICA DEL DR. DAVID MANGIAMELI EN GHANA

“

Utilizar mis habilidades para ayudar a quienes más lo necesitan nos permite unirnos como familia mientras compartimos el mejor regalo que uno puede dar.. la esperanza”

*Dr. David Mangiameli*

# La misión quirúrgica del Dr. David Mangiameli en Ghana

**S**u incursión en el trabajo misionero internacional comenzó en 2019. Este año, impulsó una empresa en conjunto con nuestra fundación NY Cancer Foundation y Operation International, una organización fundada por el Dr. Medhat Allam, con sede en Southampton.

Operation International opera como una plataforma sin fines de lucro que une equipos médicos de Estados Unidos y Europa y ofrece atención especializada en todo el mundo. La organización abarca varias disciplinas médicas, incluida la salud de la mujer, pediatría, ortopedia, cirugía plástica y atención primaria. Operation International también mantiene relaciones e instalaciones en todo el mundo, donde llegan los equipos y brindan atención. Anualmente se realizan entre 10 y 12 viajes misioneros que llegan a lugares como Ghana, Tanzania, Uganda, Bután y Bolivia.

El Dr. Vito Alamia es un renombrado ginecólogo del este de Long Island, amigo y colega del Dr. Mangiameli, ya que dio a luz a su hija hace casi veinte años. El Dr. Alamia, director médico de Operación Internacional, ha trabajado en misiones ginecológicas y obstétricas durante más de veinte años.

En 2023, la Dra. Alamia estableció el Equipo de Salud de la Mujer y nombró a la Dra. Mangiameli cirujana principal para el tratamiento del cáncer de mama. Esta misión de 22 personas a Ghana, con la inclusión de tres ginecólogos y el hijo del Dr. Mangiameli, David, se desarrolló con un viaje extraordinario que



**Dr. David Mangiameli sonriendo junto a su equipo comprometido.**



“  
**Mes de la historia negra**  
 ”

En conmemoración del Mes de la Historia Afroamericana, reconocemos y honramos las innumerables e invaluable contribuciones realizadas por los investigadores negros del cáncer a lo largo de la historia, incluida la pionera Dra. Jane Cooke Wright. En 1967, la Dra. Wright se convirtió en la mujer negra mejor clasificada en una institución médica reconocida a nivel nacional. Sus logros innovadores y los de los investigadores negros allanaron el camino para las personas que trabajan hoy en la investigación del cáncer. Mientras celebramos estos logros, también extendemos nuestro reconocimiento al espectro más amplio de contribuciones de los negros en diversos campos, enriqueciendo nuestra sociedad con diversidad, innovación y resiliencia.



cubrió 12.500 millas, cinco aviones y seis autobuses. Durante diez días, el equipo ejecutó cinco días y medio clínicos, realizando 62 cirugías mayores, incluido un caso notable que involucró la extirpación de una masa de 15 libras de una niña de 8 años.

A pesar de los desafíos logísticos, el equipo no solo trató a pacientes sino que también desempeñó un papel vital en la educación y certificación de más de 80 parteras regionales y residentes de pediatría en atención neonatal. El Dr. Mangiameli fue testigo de las crudas realidades de la pobreza extrema dentro de la comunidad, donde los pacientes sufrieron la pérdida de sus familias por inanición y carecían por completo de atención médica y educación básicas.



El hospital donde operaba el equipo, que prestaba servicios predominantemente a equipos misioneros, carecía del equipo adecuado. Al reconocer esto, el equipo aportó nuevos quirófanos y tecnología para mejorar los resultados de los pacientes. El Dr. Mangiameli reflexionó sobre el carácter agresivo de las cirugías debido a la ausencia de tratamientos avanzados como la quimioterapia sistémica o la radiación.

El viaje dejó un profundo impacto en el Dr. Mangiameli, quien encontró pacientes con cánceres en etapa avanzada y fue testigo de los últimos esfuerzos de la comunidad para buscar asistencia médica. Se destacó un maestro que viajó tres horas para una cirugía y planeaba visitar la oficina de Breast Health Patchogue de Nueva York en abril, lo que demuestra las conexiones duraderas formadas.

Sin estar seguro del próximo destino de la Operación Internacional, si Bolivia o el regreso a Ghana, el Dr. Mangiameli y el equipo anticipan con entusiasmo futuras misiones, sabiendo que han tenido un impacto significativo donde más se necesitaba.





# Sección **4**

## Boletín

*Escuche las novedades y lo que está sucediendo aquí en NYCBS.*

39

40

42

43

44

45

# Jennifer Park, MD se une a NYCBS

New York Cancer & Blood Specialists (NYCBS) se complace en anunciar la incorporación de la hematóloga y oncóloga certificada, la Dra. Jennifer Park. **La Dra. Park practicará en 1 Delaware Dr, New Hyde Park, NY 11042.**

"Estamos entusiasmados de darle la bienvenida a la Dra. Jennifer Park a nuestra práctica", dijo Jeff Vacirca, MD, CEO de NYCBS. "Su experiencia y enfoque compasivo sin duda mejorarán nuestro compromiso con la excelencia en la atención al paciente".

La Dra. Park se especializa en el tratamiento de pacientes con cáncer de mama y afecciones benignas de alto riesgo. Se centra en brindar atención compasiva, personalizada, basada en evidencia y multidisciplinaria y se dedica a la salud de la mujer. La Dra. Park inscribe activamente a sus pacientes en ensayos clínicos, con el objetivo de mejorar la atención al paciente y los resultados del tratamiento.

"Obtengo una gran satisfacción al navegar por casos complejos e identificar las estrategias de atención más efectivas adaptadas a cada paciente", dijo la Dra. Park. "Al unirme a NYCBS, espero contribuir a ensayos clínicos innovadores y tratamientos avanzados dedicados a extender y mejorar las vidas de numerosas personas".

Después de recibir su B.A. como doctora en Biología Celular/Neurociencia y Psicología de la Universidad de Rutgers, la Dra. Park completó su Maestría en Ciencias del Cáncer del Roswell Park Cancer Institute. Obtuvo su doctorado en medicina en la Facultad de Medicina de la Universidad de St. George y completó su residencia en Medicina Interna



en SUNY Downstate Medical Center. Luego, la Dr. Park fue nombrada instructora de medicina en la Facultad de Medicina de Harvard mientras trabajaba como médico tratante en la Unidad de Medicina del Hospital general de Massachusetts en Boston. Posteriormente, completó su beca de formación en Hematología-Oncología en R.J. Centro Oncológico Zuckerberg de Northwell Health. La Dra. Park es miembro del Grupo Metropolitano de Cáncer de Mama de Nueva York, la Sociedad Estadounidense de Oncología Clínica, la Sociedad Estadounidense de Hematología y el Colegio Estadounidense de Médicos.

Habla inglés y coreano con fluidez. En su tiempo libre, le gusta mantener un estilo de vida activo con tenis, corriendo y practicando snowboard.

**Para hacer una cita, por favor llame al 516-336-5255**

**Para obtener más información, visite [nycancer.com](http://nycancer.com).**

# NYCBS nombra a MaryAnn Fragola, DNP, ANPc, ACHPN como jefa de Servicios de bienestar

New York Cancer & Blood Specialists (NYCBS) se enorgullece de anunciar el nombramiento de MaryAnn Fragola, DNP, ANPc, ACHPN, como Jefa de Servicios de Bienestar.

"Estamos orgullosos de darle la bienvenida a MaryAnn Fragola a este papel fundamental", afirmó el Dr. Jeff Vacirca, CEO de NYCBS. "Con una invaluable permanencia de más de dos décadas en NYCBS, la experiencia de MaryAnn y su firme compromiso con la atención al paciente la posicionan como la líder perfecta para nuestros Servicios de Bienestar".

La Dra. Fragola anteriormente se desempeñó como directora clínica de cuidados paliativos y de apoyo. Como jefa, la Dr. Fragola supervisará una gama integral de servicios de salud y bienestar del paciente, enfatizando el bienestar mental, nutricional y físico en cada etapa del tratamiento: salud conductual y trabajo social.

Psicología, Cuidados Paliativos y Fisioterapia. "Me siento verdaderamente honrado de haber sido designada para este puesto. La base de mi trabajo siempre ha sido centrarme en el paciente en su totalidad", dijo la Dra. Fragola. "La atención de apoyo es esencial para nuestros pacientes, ya que hace precisamente eso. Los pacientes son mucho más que un diagnóstico y poder



incorporar todos nuestros servicios de apoyo en su atención para mejorar los resultados generales y permitirles vivir mejor".

La Dra. Fragola se graduó de la Universidad de Wilkes, donde completó su Programa de Doctorado en Práctica de Enfermería. Obtuvo su título de MSN en Enfermera practicante para adultos de la Universidad SUNY Stony Brook. Fragola está certificada por la junta en cuidados paliativos y cuidados paliativos avanzados, es una prescriptora certificada de marihuana medicinal y se desempeña como preceptora/mentora de muchos estudiantes y nuevos empleados. Está publicada en el Journal of the Advanced Practitioner of Oncology y sirve como revisora activa de Clinical Advisor.



Vacaciones épicas de las que alguna vez se habló, que se hacen realidad, vigorizan el espíritu. Generando un nuevo sentido de exploración y esperanza.



## Ideas de regalos saludables para el día de San Valentín

**N**ada dice te amo más que gestos generosos y obsequios atentos. Este Día de San Valentín, considere un tema saludable mientras piensa en opciones de regalos para sus seres queridos o planes de citas creativos para usted y su pareja. A continuación se presentan algunas ideas de regalos saludables para el Día de San Valentín que harán que sus seres queridos se sientan amados.

### PLANIFIQUE UNA AVENTURA AL AIRE LIBRE

Lidere una aventura al aire libre en la naturaleza. Ya sea una caminata en un parque o reserva, un día de playa, un viaje a aguas termales o un viaje en auto hasta un mirador panorámico, salga a observar la naturaleza con sus seres queridos. Prepare un picnic con una tabla de embutidos saludables y disfruten de su tiempo juntos.



### HERRAMIENTAS DE COCINA SALUDABLES

Haga un pequeño inventario de los utensilios de cocina que su ser querido aún no tiene y luego considere qué utensilios o artículos de cocina contribuirían a cocinar y comer de manera saludable.

- Licuadora de alta potencia
- Exprimidor
- Libro de cocina saludable
- Freidora
- Juego de utensilios de cocina
- Espiralizador
- Cortadora de mandolina
- Procesador de alimentos
- Vaporera
- Kit de preparación de comidas
- Entrega de comida saludable (kit o suscripción)
- Carbonatador para hacer agua fresca con gas

### ARTÍCULOS PARA UN SUEÑO SERENO

Contribuya a que su ser querido descanse bien con estas ideas de regalos para mejorar el sueño:

- Ropa de cama de alta calidad
- Almohadas cómodas
- Fundas de almohada de seda
- Relleno de almohada color lavanda
- Bruma de lavanda para almohadas
- Manta con peso
- Máquina de sonido con ruido blanco
- Lavanda en roll-on aceite esencial
- Antifaz de seda
- Pijamas acogedores a juego
- Mezcla de té para dormir

### ELEVE SU RITUAL DE BAÑO

Transforma el ritual del baño de tu ser querido en un día de spa:

- Bandeja de bañera
- Almohada acolchada de espuma con ventosas
- Reproductor de bluetooth resistente al agua
- Velas de té
- Sales de baño
- Rejilla para calentar toallas
- Envoltura de toalla para el cabello o gorro de ducha

### REGALO DE AUTOCUIDADO

Regale el cuidado personal para ayudar con los rituales diarios de cuidado personal de sus seres queridos:

- Difusor y esencial conjunto de aceite
- Vela de aromaterapia
- Bata cómoda
- Pantuflas cómodas
- Elementos esenciales para el cuidado de la piel
- Herramientas gua sha
- Herramientas de automasaje
- Flores frescas
- Baño de pies calentado
- Tarjeta de regalo para masajes
- Tarjeta regalo del día del spa
- Tarjeta de regalo para salón de uñas



### CUPONES DE AMOR DE BRICOLAJE

Cree un folleto de cupones que su ser querido pueda canjear por cosas como:

- Limpieza, tareas o proyectos del hogar.
- Cocinar una comida
- Hornear un dulce
- Haciendo unos mandados
- Trabajar en el jardín
- Un masaje

### EXPERIENCIAS EXCEPCIONALES

Reserve una clase, actividad o experiencia para asistir juntos:

- Entradas para ver una película o una obra de teatro.
- Clase de cocina
- Clase de baile
- Clase de cerámica
- Paseos a caballo
- Una clase de yoga en grupo, privada o con cabras.
- Reserva unas vacaciones épicas
- Planifique un día de spa

# Oncólogo Radioterápico Joshua Halpern, MD se une a NYCBS

New York Cancer & Blood Specialists (NYCBS), una de las prácticas oncológicas líderes del país, se complace en anunciar la incorporación del Dr. Joshua Halpern, oncólogo radioterápico certificado. El Dr. Halpern ejercerá en 1781 Hylan Blvd, Staten Island, NY 11305.

"Estamos orgullosos de darle la bienvenida al Dr. Halpern a nuestro equipo de oncólogos radioterapeutas", dijo Jeff Vacirca, MD, director ejecutivo de NYCBS. "Su amplia experiencia como oncólogo radioterápico y braquiterapeuta experimentado, junto con su experiencia en investigación en inmunología básica y oncológica, biología radiológica, cultivo celular e investigación clínica en oncología radioterápica, aportarán valiosos beneficios a la comunidad de Staten Island.

Con más de 40 años de experiencia, el Dr. Halpern desarrolló un interés en la oncología después de la pérdida de su padre a causa del cáncer en su juventud. Realizó una formación especializada en Oncología Médica, seguida de residencias integrales y becas de investigación en Oncología Radioterápica y Braquiterapia (implantes de isótopos radiactivos) en reconocidos centros de oncología de los Estados Unidos.

El Dr. Halpern obtuvo su título de Doctor en Medicina en la Facultad de Medicina Hadassah en Jerusalén, Israel. Completó una residencia en el Departamento de Hematología de la Universidad Hadassah en Jerusalén y en el Roswell Park Cancer Center. Amplió su formación realizando residencias en Oncología Radioterápica y Clínica y

Oncología Médica. El Dr. Halpern completó una beca en radioterapia y braquiterapia ginecológica en Roswell Park Memorial Institute y una beca senior en radioterapia de tumores de mama y pulmón en el MD Anderson Cancer Center. Anteriormente ejerció en Seagate Radiation Oncology PC, The Brooklyn Hospital Center y otros sitios en el área metropolitana de Nueva York.

"A lo largo de mi carrera, he dedicado amplia atención a la atención directa al paciente y a mantener la mejor calidad de vida para todos los pacientes bajo mi cuidado", dijo el Dr. Halpern.

El Dr. Halpern habla inglés y hebreo con fluidez. En su tiempo libre le gusta pintar y andar en bicicleta.

**Para hacer una cita, por favor llame al 516-336-5255**

**Para obtener más información, visite [nycancer.com](http://nycancer.com).**

## Conquering Cancer Together Podcast

En "Conquering Cancer Together" hablaremos sobre la información más reciente sobre la salud del cáncer y profundizaremos en todo lo que necesitamos saber sobre los exámenes de detección y las pruebas. Discutiremos la información más reciente sobre tratamientos contra el cáncer, actualizaciones de investigaciones, recursos a los que recurrir y acontecimientos en nuestra comunidad. Alojado por:

**Wendy Kaplan, MS, RDN, CSO, CDCES, CDN and MaryAnn Fragola DNP, ANPc, ACHPN.**

**Para escuchar el Podcast por favor  
HAGA CLIC AQUÍ**



## Febrero Nuevos empleados

Andrea Arreaga (Coordinador de radiología)  
Alexander Palladino (Senior técnico de Soporte TI)  
Alyssa DeVito (Tecnólogo en TC)  
Andres Budram (Transportador de pacientes)  
Barbara Davis (NP)  
Bishwantie Bownath (Lab MA)  
Chiquita Hough (Tecnólogo de laboratorio)  
Christine Lehmann (Manager de oficina)  
Daniel Nathanson (Tecnólogo en TC)  
Donna Viemeister (Recepcionista)  
Gerardo Romano (Senior Tecnólogo en Radioterapia)  
Glenis Paz (Admisión LPN)  
Isabel Melendez (Recepcionista de recepción médica)  
Jaclyn Griffin (LPN Care Coordinator)  
Jada Munoz (Recepcionista de recepción médica)  
Jeannie Lope (NP)  
Jessica Gonzalez (Lab MA eastern Float)  
Jesslynn Mannino (NP)  
Joshua Halpern (Médico)  
Kirk Krickmier (Supervisor Tecnólogo en Radioterapia)  
Koralee Montoya (Recepcionista de recepción flotante)  
Lauren O'Donnell (Operador de comunicaciones del paciente)  
Leann Terranova (LPN)  
Lillian Stumme (Recepcionista)  
Lori Troiano (Coordinador de cuidado LPN)  
Lourdes Ortega (NP)  
Lynn Rein (Recepcionista)  
Marim Hermeena (Recepcionista de recepción médica)  
Matthew Frenzel (Infusion MA)  
Maysha McDonald (Recepcionista de recepción médica)  
Micheale-Lynn Kirk (Asistente médica)  
Nicole Temprano (Radiología Courtier/Runner)  
Polina Kushnirova (Recepcionista de recepción médica)  
Rosie Yeboah (Subdirector CT, Regional Oeste)  
Samuel Kamara (Asistente Médico Flotante - Viáticos)  
Sobia Malik (Radiología RN)  
Stephanie Grillo (Coordinador de radiología)  
Suha Hassan (Operador de Comunicaciones al Paciente)  
Sumintra Khan (Recepcionista de recepción de Float Medical)  
Tommy Mingoia (Asistente de laboratorio -Fish)  
Walter Bray (Transportador de pacientes)  
Yana Gersht (Recepcionista de recepción médica)  
Yessenia Lopez- Ramos (NP)

## Marzo Nuevos empleados

**Adam Lendzioszek** (Tec de IRM)  
**Alexis Alesi** (Recepcionista de recepción médica)  
**Anahi Gomez** (Asistente medico de lab)  
**Anieshaw Khan** (Recepcionista de recepción médica)  
**Chelsea Huntington** (Operador de Comunicaciones con el Paciente)  
**Chiquita Hough** (Tec de lab)  
**Christine Park** (Lab MA/Tech)  
**Christopher Gamonski** (Especialista en autorizaciones)  
**Deanna Champion** (Farmaceuta especialista en autorizaciones)  
**Elizabeth Martinez** (Recepcionista)  
**Elizabeth Pyros** (Tecnólogo de ultrasonido viático)  
**Erika Almonte** (Operador de Comunicaciones al Paciente)  
**Eugene Lowery** (Operador de Comunicaciones al Paciente)  
**Gianna Foley** (MA)  
**Halema Alam** (Enfermera Navegadora de Salud Mamaria)  
**Jenni Cabrera** (Operador de Comunicaciones con el Paciente)  
**Jessica Sagginario** (Especialista en Autorizaciones)  
**Joanne Douglass** (Coordinadora de escaneo)  
**John Belcher** (Lab MA)  
**Katherine Seldon** (PCM LPN)  
**Kenneth Felix** (Coordinadora de cuidados LPN)  
**Keyla De La Cruz** (Recepcionista)  
**Lynne Palacio** (Tecnóloga de ultrasonido)  
**Marianne Mosquera** (MA de admisión)  
**Marina Diguseppi** (Operador de Comunicaciones con el Paciente)  
**Michelle Schutzbank** (Tecnólogo en Ultrasonido - viáticos)  
**Nickesia Ferro** (Coordinadora de cuidados LPN)  
**Nicole Niles** (RN de Triage)  
**Olivia Luey** (Enfermera practicante-Urología Remsen)  
**Paige Carroll** (Operador de comunicaciones del paciente)  
**Shamwattie Ramnarain** (Operador de comunicaciones del paciente)  
**Shanelle Jones** (LPN de admisión)  
**Sheila Ramirez** (Recepcionista)  
**Shekinah Henriquez** (Quimico ayudante de laboratorio- nocturno)  
**Stacey Khelawan** (Coordinadora de cuidados LPN)  
**Stephanie Echevarria** (Asistente médico de laboratorio)  
**Susan Mercado** (CCM MA)  
**Taylor Carroll** (Operador de comunicaciones del paciente)  
**Tyler Brown** (Recepcionista de recepción médica)  
**Vanessa Nunez** (MA/Escriba)

## Noticias de New York Cancer Foundation



MAR 21

### Great Gatsby Affair

Celebrado en el Castillo de Oheka  
6:00PM-10:00PM

APR 27

### Hockey por la esperanza

Celebrado en la pista de hielo de Dix Hills.

Puertas abierta a las 6:30PM

MAY 14

### Clásico de golf Raising Hope

Celebrado en el Club de Golf Sebonack  
10:30AM

SEP 28

### Día de celebración del paciente

Celebrado en el anfiteatro Bald Hill  
12:00PM - 4:00PM

## Oportunidades Laborales

**Tecnóloga de laboratorio**  
(con licencia del Estado de Nueva York)  
Port Jefferson

**APP (Enfermero Practicante / Asistente Médico)**  
Ronkonkoma  
Manhattan  
Suffolk County  
Middletown  
Huntington

**Especialista en autorizaciones**  
Ridge

**Técnico de farmacia certificado**  
East Setauket

**CNA/Asistente Médico**  
**Gestión de cuidados crónicos (CCM)**  
Shirley, NY

**Citotecnólogo**  
New Hyde Park

**Asistente ejecutiva / recepcionista - flotante**  
Manhattan

**Asociado de Instalaciones**  
Staten Island

**Recepcionista de recepción de Float Medical**  
Queens

**LPN de admisión**  
New Hyde Park

**LPN de admisión**  
Port Jefferson  
Fresh Meadows

**LPN de admisión- flotante**  
Manhattan

**Asistente medica de laboratorio**  
Manhattan

**Técnico de laboratorio - Flotante** (con licencia del Estado de Nueva York)  
Nassau County

**LPN - Gestión de cuidados crónicos (CCM)**  
Shirley

**LPN Coordinación de atención**  
Manhattan  
Rockville Center  
Forest Hills  
Brooklyn  
Astoria  
Elmhurst  
New Hyde Park  
Fresh Meadows

**LPN Coordinación de atención- flotante**  
Queens  
Brooklyn

**Especialista en Marketing y Eventos - Tiempo Parcial**  
Ridge

**Recepcionista de recepción médica**  
Port Jefferson  
Setauket  
Riverhead

**Recepcionista de recepción médica (inglés/ Chino Mandarín)**  
Elmhurst

**Coordinador de investigación médica**  
Shirley

**Escribano médico**  
Newburgh

**APP (Enfermera Practicante / Asistente Médico) - Flotante**  
New Hyde Park

**Coordinadora de nuevas pacientes**  
Shirley

**Physical Therapist**  
Mt. Sinai

**Enfermera practicante (NP) / Asistente médica (PA)**  
Bronx

**Tecnólogo de laboratorio médico con licencia del Estado de Nueva York**  
Port Jefferson

**APP de Salud Ocupacional (Enfermera Practicante/ Asistente Médico)**  
Ridge

**Asistente de laboratorio nocturno**  
Port Jefferson

**Asistente de producción a tiempo parcial**  
Ridge

**Operador de comunicaciones del paciente**  
Ridge

**Coordinadora farmacéutica**  
Port Jefferson

**Teléfono Triage-APP (Enfermera Practicante / Asistente Médico)**  
Ridge

**Asistente de fisioterapia**  
Port Jefferson

**APP (Enfermera Practicante / Asistente Médica)**  
Queens

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

HAGA CLIC AQUÍ

# NUESTRO PACIENTES & SU FAMILIAS

Nuestros pacientes y sus familias cuentan la historia de cómo conquistar el cáncer como ninguna otra. Nos ayudan a conectarnos, inspirarnos y empoderarnos. Si conoce a un paciente o tiene un familiar que quisiera generar un impacto y compartir su experiencia con nosotros, pídale que se comuniqué con

[marketing@nycancer.com](mailto:marketing@nycancer.com)

---



Escanee para donar a la fundación  
New York Cancer Foundation

