



THE SPECIALIST

EDICIÓN DESTACADOS

6

La pasión de Eduardo por los juegos de mesa le ayudó a superar el cáncer
La historia de un paciente

12

Inauguración De Un Nuevo Centro De Diagnóstico Por Imagen En Brooklyn

22

Mantener Una Mentalidad Positiva Durante El Tratamiento Del Cáncer

PARA LEER
THE SPECIALIST
EN ESPAÑOL ESCANEE
EL CODIGO QR



UN MENSAJE DEL CEO

Mis amigos,

Como centro oncológico comunitario, nuestra misión es lo que nos impulsa a seguir adelante: nos esforzamos por ofrecer una atención asequible, de primera categoría y centrada en el paciente a pacientes con cáncer y trastornos sanguíneos en sus propias comunidades, cerca de sus familiares y amigos. Esto puede verse sin duda con la apertura de nuestros nuevos centros de atención, el aumento de la accesibilidad para atender a los pacientes allí donde se encuentran y nuestro método interdisciplinario. Mayo trae consigo el florecimiento de nuestro nuevo centro de diagnóstico por imagen — Brooklyn Imaging— y la incorporación del tratamiento del dolor a nuestra red para ofrecer la mejor atención posible a los pacientes.

En este número de The Specialist, destacamos la salud mental, la salud de la mujer y, por supuesto, el cáncer de piel. Con la llegada de la temporada de sol, es importante tomar medidas proactivas hacia la prevención con los consejos que hemos incluido para practicar autoexámenes y tener un verano seguro y saludable. Dado que nuestra salud mental es igual de importante, hemos incluido estrategias para mantener una mentalidad positiva durante el tratamiento del cáncer. En nuestra historia de paciente destacada, Eduardo comparte cómo encontró consuelo durante su viaje oncológico creando sus propios juegos de mesa y rompecabezas mientras luchaba contra el cáncer de próstata.

También estamos intensificando la conversación sobre la investigación y los ensayos clínicos y su efecto directo en la atención al paciente con motivo del Mes de la investigación. Además, con el Mes de la salud de la mujer, pretendemos animar a más personas a que den prioridad a su salud mamaria y se sometan a pruebas de detección.

Por supuesto, nuestra repercusión también puede hacerse sentir a través de nuestro trato con los pacientes. Nuestras enfermeras son la columna vertebral de nuestra práctica, formando estrechos lazos con sus pacientes, ayudándolas a desenvolverse en complejas jornadas de tratamiento e intercediendo por ellas. Así que gracias, reconocemos las contribuciones que hacen las enfermeras en el equipo de atención oncológica, y su papel cada vez más importante en la atención del cáncer.

Un saludo cordial,

Dr. V



Comentarios



Dr. Steven Gruenstein

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



Dr. Helen Shum

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



Dr. Amory Novoselac

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



TABLA DE CONTENIDOS

6

Historias

La pasión de Eduardo por los juegos de mesa le ayudó a superar el cáncer
La historia de un paciente
Celebración del Mes de la Enfermera
Segunda salida anual de golf de los mejores



12

Salud

Inauguración de un nuevo centro de diagnóstico por imagen en Brooklyn
Salud mamaria para las mujeres
Tercer evento anual Cáncer de mama metastásico



22

Bienestar

Mantener una mentalidad positiva Durante el tratamiento del cáncer
Los cuidados paliativos ayudan Física y Psicológicamente
Consejos preventivos para el cuidado de la piel

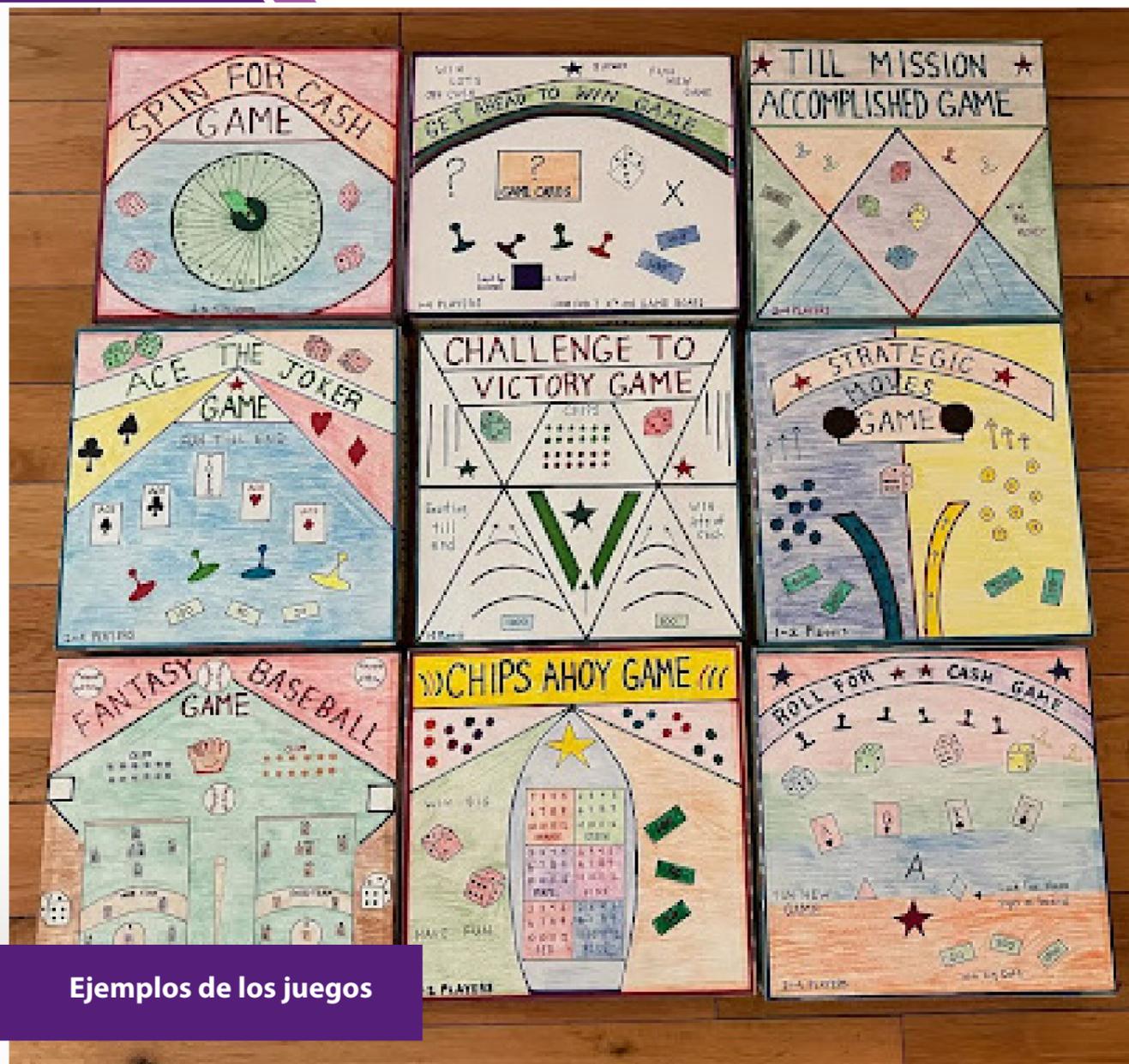


32

Boletín

Reuniones de la comunidad de pacientes
Grupo de apoyo a la mujer
Oportunidades profesionales
Nuevas contrataciones





Ejemplos de los juegos



Cómo la pasión de Eduardo por los juegos de mesa le ayudó a superar el cáncer

Eduardo, un superviviente de cáncer de próstata de 65 años, recuerda vívidamente el día en que le diagnosticaron la enfermedad. "Fue en algún momento de septiembre de 2020. Fui al baño y, por alguna razón, vi una mota de sangre. Al principio la ignoré, pero luego vi más sangre la segunda y la tercera vez. Así que quizá fue una bendición disfrazada".

A pesar de que al principio pensó que podría tratarse de hemorroides, Eduardo acudió a su urólogo en Queens, que le hizo un análisis de PSA en sangre, que determinó que Eduardo tenía cáncer de próstata. "Me dijo que se estaba desarrollando hasta el estadio tres, pero lo detectamos a tiempo. Dijo que el desenlace habría sido distinto si hubiera estado en estadio cuatro o superior". Eduardo fue remitido para recibir radioterapia.

Buscó tratamiento en New York Cancer & Blood Specialists, donde conoció al oncólogo radioterapeuta Dr. Talha Shaikh. En aquel momento, la consulta del Dr. Shaikh estaba en Manhattan, y a principios de enero de 2021, Eduardo comenzó su andadura contra el

cáncer. Se sometió a radioterapia durante 45 días consecutivos.

Eduardo se sometió a muchos procedimientos dolorosos durante su tratamiento, incluidas biopsias, inyecciones y tomografías computarizadas. Aun así, se mostró agradecido por los cuidados y la amabilidad del personal, en particular de los radioterapeutas Susan, Anthony y Frank. "Lo que viví, lo que me sucedió, fue algo que esperaba y desearía que todos los demás pacientes de cáncer pudieran sentir: la simpatía, la cortesía, la profesionalidad y la amabilidad en general fueron increíbles. Los considero mis amigos". Ahora, Eduardo acude al Dr. Shaikh cada cuatro meses para revisiones, y se alegra de comunicar que todas sus pruebas de PSA han sido excelentes.

A lo largo del tratamiento, Eduardo mantuvo su mente ocupada explorando su lado artístico. Se entregó a diversas actividades, como resolver rompecabezas de 1000 piezas, y desde entonces ha completado más de 85, que enmarca maravillosamente. Eduardo también compró marcadores, lápices de colores, cartulinas y algunos juegos de

mesa como el Monopoly, Sorry! y Candyland. Luego pasó un día rediseñando una de las cajas de juegos de mesa, creando su tablero exclusivo y añadiendo sus propias piezas. Jugar con su familia a su recién creado juego de mesa resultó muy divertido.

La fiebre de Eduardo por crear juegos de mesa continuó y, en un año y medio, ha creado más de 25 prototipos de juegos de mesa, cada uno distinto del otro. Desde entonces ha escrito cartas y enviado cajas con algunas piezas para mostrar sus prototipos a famosos fabricantes de juegos como Parker Brothers, Mattel y Hasbro. Aunque algunas empresas mostraron interés en contratarle como diseñador, Eduardo no tiene intención de volver a trabajar, ya que le gusta tener la libertad de pasar tiempo con su mujer y su nieta.

Eduardo espera con impaciencia el día en que por fin pueda vender sus creaciones al mundo. Tras haber utilizado la paciencia, la persistencia y el pensamiento estratégico para superar su cáncer, Eduardo sigue aplicando esos mismos métodos a su nueva empresa.

¡Celebramos el mes de la enfermera!

Mayo es el mes de la enfermería oncológica, un momento para rendir homenaje y reconocer las inestimables contribuciones que las enfermeras oncológicas aportan a los cuidados contra el cáncer. Las enfermeras oncológicas están a la vanguardia de la prestación de cuidados compasivos y centrados en el paciente a las personas y familias afectadas por el cáncer. Son responsables de coordinar planes de cuidados complejos, controlar los síntomas, proporcionar apoyo emocional y defender las necesidades de sus pacientes.

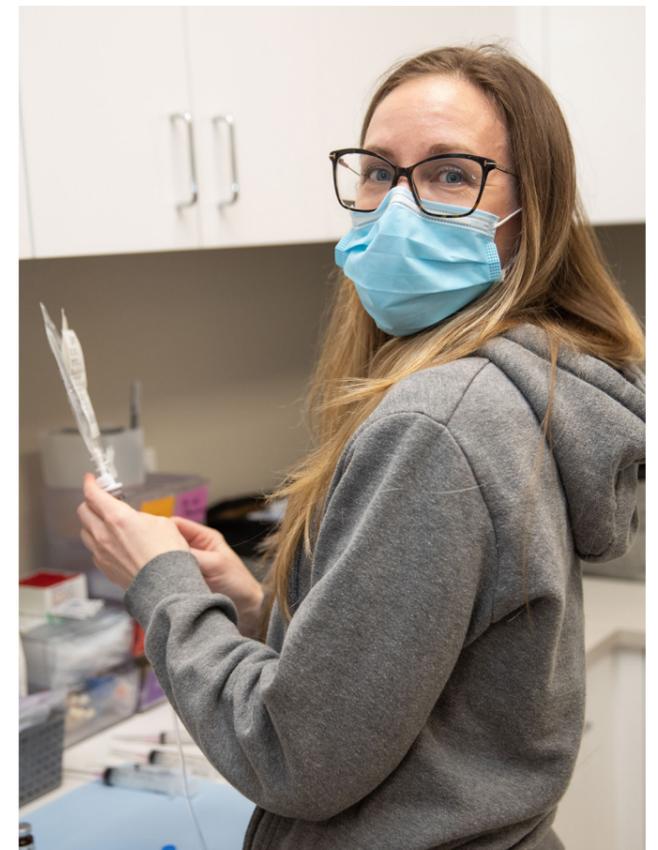
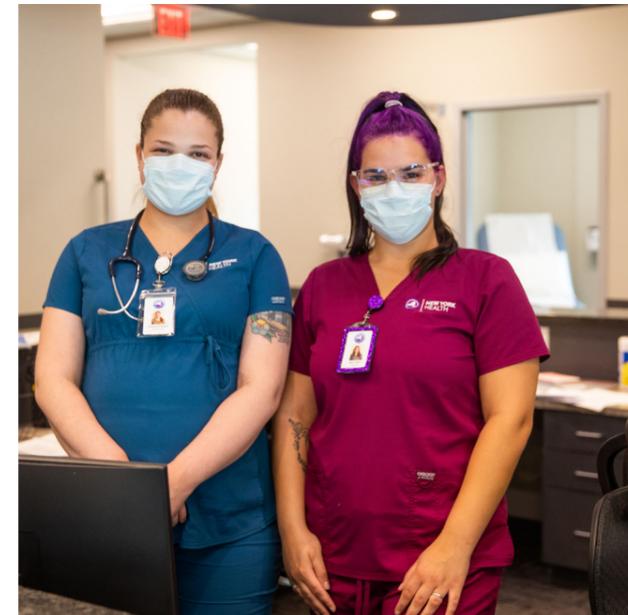
Al celebrar el mes de la enfermería oncológica, queremos expresar nuestra

gratitud por el duro trabajo, la dedicación y la pasión que las enfermeras oncológicas aportan a sus funciones cada día. Son la columna vertebral de los cuidados oncológicos y sus contribuciones son esenciales para mejorar los resultados y la calidad de vida de los pacientes.

Este año, estamos encantados de acoger la 8ª conferencia anual de formación clínica en oncología médica en el lujoso hotel InterContinental New York Barclay. Este evento reunirá a médicos, profesionales de la medicina avanzada y personal de enfermería para crear una experiencia clínica integral. Es una oportunidad para rendir homenaje a nuestro

excepcional equipo clínico y reconocer el importante papel que desempeñan las enfermeras de oncología en los cuidados oncológicos.

Mientras reflexionamos sobre la importante labor de las enfermeras de oncología, animamos a todo el mundo a que dedique un momento a dar las gracias a las enfermeras oncológicas de su vida. Ya sea un simple agradecimiento o una pequeña muestra de aprecio, cada gesto cuenta. Unámonos todos para celebrar y rendir homenaje a las enfermeras de oncología que marcan la diferencia en las vidas de tantos.





2º EVENTO ANUAL TOP GOLF

El 26 de abril de 2023, la Fundación neoyorquina contra el cáncer organizó su segundo evento anual de golf de primera categoría. El evento fue un gran éxito, ya que se recaudaron más de \$25 000 para ayudar a los pacientes de cáncer con las facturas de sus hogares. ¡Estamos muy agradecidos a nuestros patrocinadores, asistentes y simpatizantes de la comunidad! La noche incluyó tres horas de diversión, jugando al golf, bebidas, cena y el favorito de todos: ¡cestas para rifar! La música en vivo corrió a cargo de los increíbles Mike'd Up Entertainment. ¡Estamos impacientes por repetirlo el año que viene!



Inauguración De Un Nuevo Centro De Diagnóstico Por En Brooklyn

Brooklyn Imaging, una asociación entre New York Cancer & Blood Specialists (NYCBS), uno de los consultorios oncológicos líderes del país, y The Brooklyn Hospital Center (TBHC), un hospital comunitario de Fort Greene/Downtown Brooklyn, alcanzó un hito importante con la apertura de su recién creado centro de diagnóstico por imagen en el **172 de Myrtle Avenue, en Fort Greene, Brooklyn**, justo enfrente del Centro contra el Cáncer de Brooklyn, de 10 000 pies cuadrados y recientemente inaugurado, en otra asociación similar entre ambas instituciones.

Brooklyn Imaging responde a la demanda de la comunidad de un acceso más fácil a la imagen médica de alta calidad. Con tecnología punta y pruebas diagnósticas avanzadas, las modernas instalaciones ofrecen estacionamiento gratuito, acceso en transporte público, citas para el mismo día y opciones de consulta sin cita previa, lo que hace que los sofisticados servicios de diagnóstico por imagen

sean más accesibles para Brooklyn y sus comunidades circundantes.

"Nos dedicamos a hacer que la atención de primera clase sea más accesible, cómoda y asequible en todas las comunidades a las que prestamos servicio", dijo Jeff Vacirca, doctor en medicina y director general de NYCBS. "La apertura de Brooklyn Imaging es un reflejo de ese compromiso, y estamos entusiasmados de abrir este extraordinario recurso para los residentes de Brooklyn y las comunidades vecinas".

La importancia de la atención basada en la comunidad nunca ha sido mayor. Con radiólogos excepcionales, entre ellos el Dr. Pejman Dalaie, famoso por sus conocimientos en PET/TC, SPECT cardíaco y el campo en desarrollo de la teranóstica, como la terapia con lutathera para tumores neuroendocrinos gastroenteropancreáticos (GEP-NET), Brooklyn Imaging proporcionará a su comunidad servicios de diagnóstico por imagen de primera categoría, como resonancias magnéticas, PET/TC y TC.

"Nuestra asociación previa con NYCBS en el Centro contra el Cáncer de Brooklyn ha sido un gran éxito. Estamos encantados de seguir asociándonos para ofrecer una gama más amplia y profunda de servicios de primera categoría a nuestra comunidad y a nuestro distrito", declaró Gary G. Terrinoni, presidente y director general del TBHC. "Lo que resulta especialmente emocionante es cómo estas nuevas alianzas se complementan a la perfección en beneficio de los pacientes. Por ejemplo, aquí en el TBHC, nuestro departamento de radiología complementará la oferta de Brooklyn Imaging con una gama completa de servicios de mamografía y biopsia mínimamente invasiva".

For more information or to schedule an appointment, please call (833) 269-4624 or visit our website at brooklynimaging.com.



Empoderando

La Salud Mamaria De Las Mujeres

En New York Cancer & Blood Specialists (NYCBS), nos comprometemos a promover la salud mamaria entre las mujeres mediante revisiones periódicas y educación. La detección precoz es clave para el éxito del tratamiento del cáncer de mama, razón por la cual ofrecemos servicios de mamografía de cribado de última generación en múltiples ubicaciones, entre ellas Port Jefferson, New Hyde Park y Brooklyn.

La Dra. Kelly Johnson, oncóloga quirúrgica de mama en NYCBS, recomienda que las mujeres empiecen a hacerse mamografías de cribado anuales, preferiblemente en 3D, a los 40 años, de acuerdo con las directrices de la Sociedad Americana de Cirujanos de Mama. El cribado debe continuar si la mujer está sana y se espera que viva diez años o más. Las mamografías son esenciales para detectar cualquier cambio en la mama que pudiera indicar un cáncer precoz, y son cruciales para lograr los mejores resultados posibles.

Las mujeres con mamas densas, según determine una mamografía, pueden necesitar

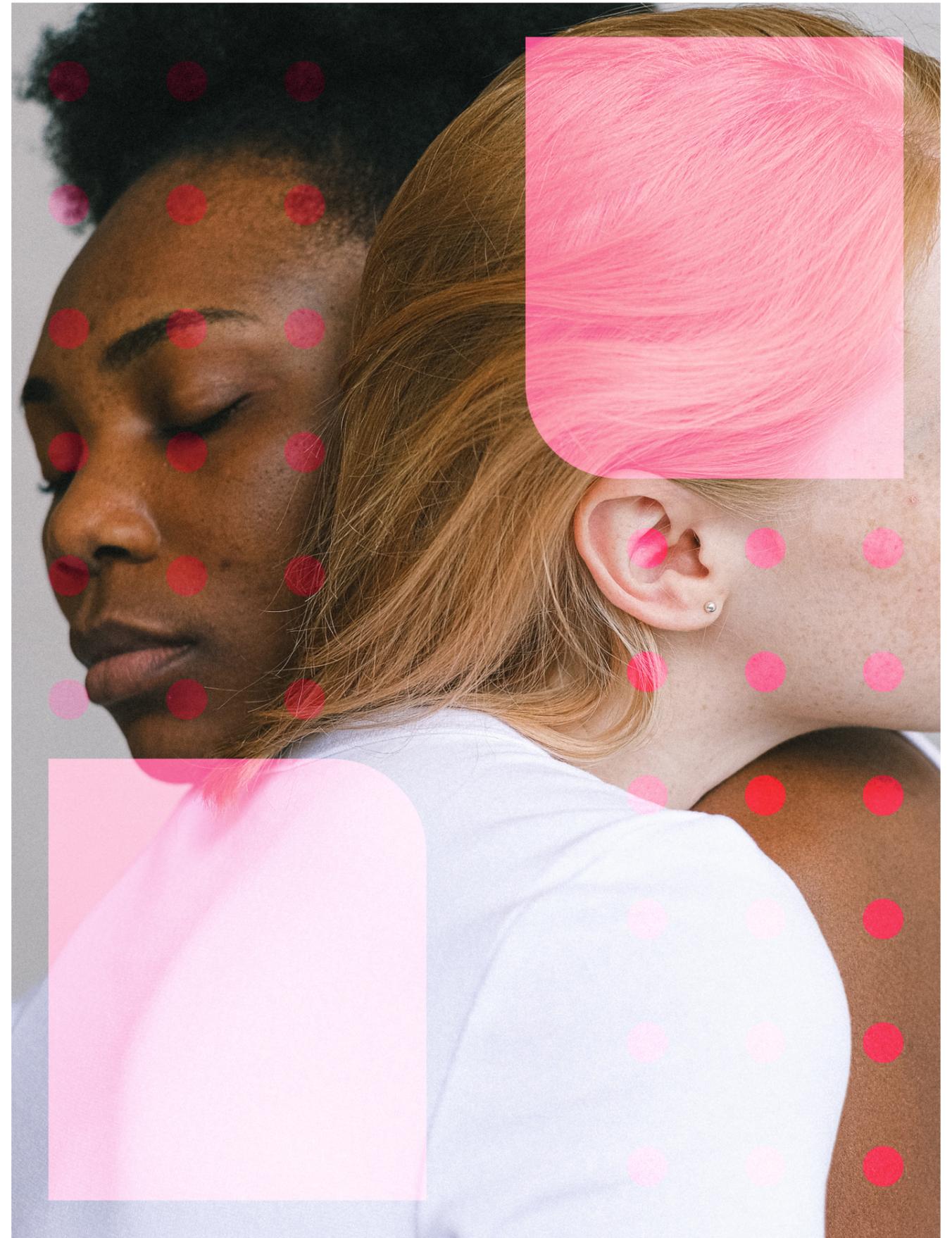
una ecografía para ayudar en la detección del cáncer. Las pacientes con una mutación genética patógena, como la BRCA, deben empezar a someterse a un cribado a los 25 años y a una resonancia magnética anual con la adición de una mamografía 3D a los 30 años. Se recomienda a las pacientes que se sometan a exámenes clínicos de mama cada seis meses o un año en función del riesgo.

"A las pacientes con antecedentes familiares significativos o a las que presentan un riesgo más elevado se les puede recomendar que se sometan a pruebas de cribado antes", dijo el Dr. Johnson. "Su médico puede determinar sus factores de riesgo personales y recomendarle el cribado adecuado".

Además de las revisiones periódicas, las mujeres pueden tomar medidas para reducir su riesgo de cáncer de mama. Pueden autoexplorarse las mamas una vez al mes para familiarizarse con su tacto mamario normal y así poder detectar cualquier cambio. Deben someterse a un examen

clínico de las mamas anualmente por parte de su ginecólogo o médico de atención primaria. También pueden adoptar un estilo de vida saludable siguiendo una dieta nutritiva, haciendo ejercicio al menos de 30 a 45 minutos tres veces a la semana, reduciendo al mínimo el consumo de alcohol y no fumando.

No espere a que sea demasiado tarde. Dé el primer paso para dar prioridad a su salud mamaria programando una mamografía hoy mismo llamando al 1-833-CANCER9. Para más información, visite el sitio web nycancer.com.





3ER EVENTO ANUAL VIVIR CON MBC:

UN DÍA DE AMOR, APOYO Y EDUCACIÓN



El 3er evento anual "Vivir con cáncer de mama avanzado": un día de amor, apoyo y educación fue organizado recientemente por la Fundación neoyorquina contra el cáncer.

¡Gracias a New York Cancer & Blood Specialists por su apoyo y un enorme agradecimiento a Pfizer Oncology por su patrocinio!

¡Más de 50 asistentes nos acompañaron el sábado 15 de mayo en el Danfords Hotel, Marina & Spa! El hermoso evento comenzó con un maravilloso panel de ponentes en una sesión de preguntas

y respuestas, entre los que se encontraban nuestra Dra. Yelda Nouri, el Dr. Joseph Cirrone, la Dra. Deepali Sharma, la Dra. Victoria Shklar, la directora clínica de cuidados paliativos y de apoyo MaryAnn Fragola, la Dra. Nolyn Nyatanga, la Dra. Kelly Johnson y el Dr. David Mangiameli.

El día continuó con los siguientes ponentes: el Dr. Michael Drabkin, el Dr. Richard Zuniga, la directora de Servicios Nutricionales Wendy Kaplan, la asesora financiera Arlene Muñoz y Sherri May Rogers

y Katrina Johnson de Pfizer. Trataron diversos temas, como la radiología intervencionista, la investigación de vanguardia, los grupos de apoyo y la gestión de las finanzas. Gracias al Dr. David Chu por ser nuestro maestro de ceremonias oficial y compartir sus inspiradoras palabras.

¡Tuvimos varios de nuestros socios allí con regalos y materiales educativos! Gracias a Coastal MD, Mondays at Racine Cancer Care, Tactile Medical y New York Health.

¡Esperamos ver a todos de nuevo el próximo año!

Mes de la investigación sobre el cáncer y Semana de sensibilización sobre los ensayos clínicos



El mes de la concienciación sobre los ensayos clínicos es una celebración sanitaria nacional que tiene lugar cada mes de mayo para concienciar al público sobre la importancia de los ensayos clínicos y su impacto en la atención sanitaria. Sirve como oportunidad para sensibilizar al público, a los profesionales sanitarios y a los responsables políticos sobre la importancia de los ensayos clínicos en el avance del conocimiento médico, la mejora de la atención al paciente y la búsqueda de nuevos tratamientos y curas para las enfermedades.

Durante este mes, diversas organizaciones e instituciones celebran actos, conferencias y programas educativos para promover la concienciación sobre los ensayos clínicos y fomentar la participación. El tema del mes de concienciación sobre los ensayos clínicos 2023 es "El poder de los

ensayos clínicos", que destaca el efecto transformador de los ensayos clínicos en la vida de los pacientes y sus familias.

Los ensayos clínicos son fundamentales para desarrollar nuevos tratamientos, fármacos y dispositivos médicos que puedan mejorar los resultados y la calidad de vida de los pacientes. También proporcionan esperanza a quienes padecen una amplia gama de afecciones médicas y han agotado otras opciones de tratamiento. Sin embargo, es posible que muchas personas desconozcan la importancia de los ensayos clínicos o cómo participar en ellos.

Para poder participar en cualquiera de los estudios clínicos que ofrecemos, un participante potencial debe ser primero paciente nuestro. Esto significa que el primer paso para poder participar es solicitar una cita o

ser remitido a nosotros a través de un profesional sanitario actual. Una vez que haya concertado una cita con nosotros, su médico evaluará su historial médico y le realizará un examen físico.

Sólo después de recopilar su historial médico, realizar un examen físico y hacer una evaluación, su médico puede empezar a trabajar con nuestro equipo de investigación para determinar si usted sería un buen candidato para un estudio clínico. Si cumple los criterios para un estudio específico, su médico y el equipo de investigación se pondrán en contacto con usted para ver si le gustaría participar.

Antes de participar en el ensayo clínico, dispondrá de tiempo suficiente para comentar con su médico y con el equipo de investigación cualquier pregunta o duda que pueda tener sobre su participación. En primer lugar,

antes de firmar el formulario de consentimiento informado, debe determinarse que reúne los requisitos para participar en el ensayo clínico, haber tenido la oportunidad suficiente de resolver cualquier duda o inquietud sobre su participación y expresar su voluntad de participar tras revisar los requisitos del estudio.

Es importante tener en cuenta que la participación en un ensayo clínico es totalmente voluntaria y que puede retirarse del estudio en cualquier momento. Su salud y seguridad son nuestra máxima prioridad, y trabajaremos estrechamente con usted para controlar su salud y garantizar que su participación sea lo más segura y cómoda posible.

Si tiene alguna pregunta sobre cualquiera de los estudios clínicos que realizamos, la

idoneidad o la participación, puede ponerse en contacto con nosotros en (631) 675-5075. Nos comprometemos a proporcionarle la información y los recursos que necesita para tomar decisiones informadas sobre su atención sanitaria.

**Ensayos clínicos
OFRECEN ESPERANZA A LOS
PACIENTES DE CÁNCER CUYO
ORGANISMO NO RESPONDE A LOS
TRATAMIENTOS TRADICIONALES.**



NEW YORK SPINE & PAIN SPECIALISTS

A DIVISION OF NEW YORK HEALTH

NY Spine & Pain Specialists, antes conocido como el Instituto del Dolor de Long Island, una división de New York Health, ha anunciado hoy que ha cambiado de nombre para reflejar mejor el alcance completo de los servicios que ofrece a sus pacientes.

La consulta cuenta con sedes en Patchogue, Port Jefferson y Riverhead, y recientemente ha abierto una nueva en 5316 Nesconset Highway, Port Jefferson Station, NY 11776.

NY Spine & Pain Specialists ofrece tratamientos mínimamente invasivos y terapias de alivio del dolor para todo tipo de molestias en la espalda, el cuello, las rodillas, la cadera, los codos y otros. Otras afecciones tratadas son la enfermedad degenerativa del disco, la estenosis espinal, el dolor neuropático, los síndromes de dolor regional complejo (SDRC), las lesiones deportivas relacionadas con el aparato locomotor, los accidentes laborales u otras lesiones.

"Estamos muy contentos de abrir nuestro nuevo centro en Port Jefferson", dijo el Dr. Rohit

Reejasinghani, miembro del colegio americano de médicos, maestría en negocios y administración y director ejecutivo de NY Health. "La nueva ubicación proporcionará a los pacientes un fácil acceso a servicios de tratamiento del dolor de primera categoría en un entorno cómodo y práctico".

El equipo de NY Spine & Pain Specialists está formado por los jefes de división, los doctores Brian Durkin y Samuel Brown, el doctor Jamal Khan y la doctora Olga Komargodski. Los especialistas en tratamiento del dolor, certificados por la junta, tienen amplia experiencia en estimulación espinal, el Mild, Vertiflex y el nuevo procedimiento Intercept para el dolor lumbar y de piernas, entre otros procedimientos mínimamente invasivos para lograr un mejor control del dolor.

Aunque la cirugía puede ser recomendable para algunos pacientes, NY Spine & Pain Specialists se dedica a trabajar con cada paciente para desarrollar un plan de tratamiento a medida que puede incluir una derivación a terapia de rehabilitación, inyecciones para el control del dolor o procedimientos mínimamente invasivos.

"En NY Spine & Pain Specialists, ofrecemos servicios de tratamiento del dolor de primera categoría a los pacientes que buscan una atención del dolor de gran calidad", afirma Rusty Dreksler, maestría en negocios y administración, enfermero practicante certificado y director clínico. "Nuestro equipo de expertos puede aliviar el dolor eliminando o minimizando la necesidad de analgésicos o cirugía".

Llame al (833) 660-PAIN (7246) para concertar una cita. Para más información, visite nyhealth.com.

NEW YORK SPINE & PAIN SPECIALISTS PHYSICIANS



Brian Durkin, DO



Jamal Khan, DO



Olga Komargodski, DO



Samuel Brown, MD

**NY SPINE & PAIN SPECIALISTS OFRECE
TRATAMIENTOS MÍNIMAMENTE INVASIVOS Y
TERAPIAS DE ALIVIO DEL DOLOR PARA TODO TIPO
DE MOLESTIAS EN LA ESPALDA, CUELLO, RODILLAS,
CADERA, CODOS Y MÁS.**

Cuidados paliativos

Ayuda con los síntomas físicos y los aspectos psicológicos de vivir con una enfermedad crónica

MaryAnn Fragola, ANP-C, DNP

Los cuidados paliativos no sólo tratan de controlar los síntomas físicos, sino que también se centran en el aspecto psicológico de vivir con una enfermedad crónica. Abordar el sufrimiento implica cuestiones que van más allá de los síntomas físicos. Los problemas de salud mental también son frecuentes en los pacientes que se enfrentan a enfermedades avanzadas. Los síntomas psicológicos y su efecto en la calidad de vida pueden ser tan importantes como la enfermedad física y pueden tener una profunda repercusión en la calidad de vida, el bienestar emocional y el seguimiento de los tratamientos médicos planificados.

Más recientemente ha aumentado la concienciación en torno a los problemas de salud mental y su repercusión en la salud en general. Bastantes estudios han demostrado una elevada carga de dificultades psicológicas entre los pacientes de cuidados paliativos.

La Organización Mundial de la Salud define los cuidados paliativos como un planteamiento que mejora la calidad de vida de los pacientes y sus familias que se enfrentan a los problemas asociados a enfermedades potencialmente mortales mediante la prevención y el alivio del sufrimiento a través de la identificación precoz y la evaluación y el tratamiento impecables del dolor y otros problemas, físicos, psicosociales y espirituales.

Los cuidados paliativos:

- Proporcionan alivio del dolor y otros síntomas angustiosos;
- Afirman la vida y consideran la muerte como un proceso normal;
- No pretenden ni acelerar ni posponer la muerte;
- Integran los aspectos psicológicos y espirituales de la atención al paciente;
- Ofrecen un sistema de apoyo para ayudar a los pacientes a vivir lo más activamente posible hasta la muerte;
- Ofrecen un sistema de apoyo para ayudar a la familia a sobrellevar la enfermedad del paciente y su propio duelo;
- Utilizan un método de equipo para abordar las necesidades de los pacientes y sus familias, incluido el asesoramiento sobre el duelo, si está indicado;
- Mejorarán la calidad de vida y también pueden influir positivamente en el curso de la enfermedad;
- Son aplicables en una fase temprana del curso de la enfermedad, junto con otras terapias destinadas a prolongar la vida, como la quimioterapia o la radioterapia, e incluyen las investigaciones necesarias para comprender y gestionar mejor las complicaciones clínicas angustiosas.



Los pacientes con enfermedades crónicas que reciben cuidados paliativos sufren a menudo depresión, tristeza, ansiedad, desesperación y miedo debido a su enfermedad o al curso de su tratamiento. Algunos incluso sufren negación e incredulidad sobre su diagnóstico.

Los pacientes sufren pérdidas psicológicas al sentir que su sentido de totalidad e integridad ha cambiado, sentimientos de pérdida de control o independencia, todo lo cual puede empeorar los sentimientos de ansiedad o depresión. Aunque la angustia emocional es natural y esperable en personas que sufren una enfermedad grave y se enfrentan al final de sus vidas, la diferenciación entre una reacción normal y apropiada ante la muerte frente a un trastorno psiquiátrico más grave, como la depresión grave, puede suponer un reto clínico (UpToDate, 2023).

Nuestros pacientes pueden presentar otras enfermedades psiquiátricas comórbidas subyacentes, como TEPT, abuso de sustancias, trastornos de la personalidad, esquizofrenia, depresión mayor y ansiedad, y enfermedad bipolar, y debemos ser conscientes a la hora de reconocerlas como posiblemente exacerbadas en el entorno de un diagnóstico de cáncer.

Aunque los pacientes con trastornos psiquiátricos agravados a veces pueden sobrellevar bien una enfermedad crónica o grave, los profesionales implicados en el tratamiento de estos pacientes deben estar preparados para que necesiten un apoyo psicoterapéutico o psicofarmacológico adicional. La integración de un planteamiento de equipo y la colaboración con la psicología, el trabajo social y la psiquiatría, junto con los profesionales de los cuidados paliativos, crea un sistema de apoyo que puede ayudar a satisfacer las complejas necesidades de salud mental de nuestros pacientes.



MaryAnn Fragola, ANP-C, DNP

Guacamole Saludable

- 2 paltas maduras
- 1-2 dientes de ajo
- Jugo de 1 limon verde
- Sal marina
- Cilantro (opcional)
- Pimientos, tomates y jalapeños picados (opcional) para aumentar la fibra

- Pele las paltas y retire el hueso
- Machaque la palta hasta que quede suave en un bol
- Pique finamente la cantidad deseada de ajo y añádalo al bol
- Corte la limon por la mitad y exprima ½ jugo en la mezcla de palta
- Añada una pizca de sal
- Añada la cantidad deseada de cilantro
- Pique cualquier otra verdura que desee en trozos pequeños y añádala a la mezcla de guacamole

Mezcle todos los ingredientes y pruébelos

Añada una pizca más de sal, ajo, jugo de lima y cilantro hasta obtener el sabor y la consistencia deseados.

*** Para tener una opción de salsa rica en fibra, acompañelo con trocitos de pan de pita integrales o vegetales frescos cortados en rodajas y disfrute.**





Mantener Una Mentalidad Positiva Durante El Tratamiento Del Cáncer: Estrategias Para Mejorar La Calidad De Vida

Asumir un diagnóstico de cáncer es una experiencia que presenta numerosos retos físicos y emocionales, incluidos los cambios en la movilidad que suelen acompañar al tratamiento. Los pacientes pueden sufrir dolor, fatiga y debilidad, lo que dificulta las tareas cotidianas. Sin embargo, mantener una actitud positiva y la perseverancia pueden ayudar a los pacientes a conservar una buena calidad de vida mientras afrontan estos cambios.

El optimismo tiene un papel clave en la conservación de una perspectiva positiva. El pensamiento positivo puede ayudar a reducir el estrés y la ansiedad, lo que puede mejorar el bienestar físico. Al centrarse en las cosas buenas de la vida, los pacientes pueden adquirir una sensación de control sobre su situación, lo que les ayuda a sentirse más capacitados. Además, se ha demostrado que el ejercicio reduce el riesgo de recurrencia del cáncer y alivia síntomas como el dolor, la fatiga y la debilidad. Empezar con actividades suaves, como caminar o hacer yoga, y aumentar gradualmente los niveles de actividad, puede resultar útil.

Conseguir el apoyo de sus seres queridos y de los profesionales sanitarios es crucial cuando se afronta un cáncer. Unirse a grupos de apoyo puede dar una sensación de comunidad, al poner en contacto a los pacientes con otras personas que comparten experiencias similares. New York Cancer & Blood Specialists (NYCBS) ofrece varios grupos de apoyo, incluido el programa Buddy System. Este programa pone en contacto a pacientes recién diagnosticados de cáncer con supervivientes de NYCBS que han padecido el mismo tipo de cáncer. Los pacientes pueden ponerse en contacto por teléfono con su compañero asignado y compartir sus pensamientos y sentimientos en un foro seguro y comprensivo.

El programa Buddy System ofrece a los pacientes ayuda emocional, esencial para afrontar el cáncer. Los pacientes reciben apoyo individualizado a lo largo de su tratamiento contra el cáncer, lo que permite un diálogo que facilita la curación tanto emocional como médica.

Para participar en el programa Buddy System,

los pacientes pueden enviar un correo electrónico **Dr. Schomber at Jschomber@nycancer.com**. Además del Buddy System, NYCBS ofrece un equipo de atención multidisciplinar, que incluye trabajadores sociales, psicólogos, nutricionistas dietistas titulados y profesionales de cuidados paliativos. Estos recursos proporcionan a los pacientes el apoyo que necesitan para recorrer el camino del cáncer. **continuación..**



El tratamiento del cáncer puede ser absorbente, pero los pacientes pueden mantener una sensación de normalidad y mejorar su calidad de vida centrándose en el momento presente y hallando alegría en los placeres sencillos. Ya sea pasando tiempo con sus seres queridos, disfrutando de una afición concreta o simplemente dando un paseo por la naturaleza, hay formas de encontrar más esperanza y optimismo.

Una mentalidad positiva puede tener una repercusión significativa en la salud general del paciente y en los resultados del tratamiento. Los pacientes de cáncer que mantienen una actitud positiva tienen más probabilidades de cumplir sus planes de tratamiento, sufrir menos efectos secundarios y tener una mejor calidad de vida. Por el contrario, los que tienen una perspectiva negativa pueden ser más propensos a sufrir depresión, ansiedad y otros problemas de salud mental que pueden dificultar su recuperación. Por lo tanto, es esencial cuidar tanto la salud física como la emocional durante un diagnóstico de cáncer.

Formas de mantener una Mentalidad Positiva durante el tratamiento del cáncer

Céntrese en el momento presente: En lugar de darle vueltas al pasado o preocuparse por el futuro, intente centrarse en el momento presente. La meditación de atención plena, los ejercicios de respiración profunda y el yoga pueden ayudarle a permanecer en el presente y reducir el estrés.

Practique la gratitud: Tómese un tiempo cada día para reflexionar sobre las cosas por las que está agradecido, por pequeñas que parezcan. Esto puede ayudarle a cambiar su atención de los pensamientos negativos a los positivos.

Relaciónese con sus seres queridos: Pasar tiempo con la familia y los amigos puede ayudarle a levantar el ánimo y proporcionarle una sensación de apoyo y consuelo.

Busque ayuda profesional: Hablar puede ayudarle a trabajar sus emociones y a desarrollar estrategias de afrontamiento.

Manténgase activo: Se ha demostrado que el ejercicio tiene numerosos beneficios para la salud física y mental, incluida la reducción del estrés y la ansiedad. Incluso actividades poco exigentes como caminar o estirarse pueden ser beneficiosas.

Únase a un grupo de apoyo: Conectar con otras personas que están pasando por experiencias similares puede ser increíblemente útil. Los grupos de apoyo proporcionan un sentimiento de comunidad y le ayudan a sentirse menos solo.

Encuentre la alegría en la vida: Participe en actividades que le aporten alegría, ya sea leer, escuchar música o pasar tiempo en la naturaleza. Dedicar tiempo a sí mismo puede ayudarle a mejorar su bienestar general y a reducir el estrés.



El Aceite De Oliva Y La Dieta Mediterránea

Escrito por Wendy Kaplan, MS, RDN, CSO, CDCES, CDN

El patrón alimentario de la dieta mediterránea se centra en los alimentos integrales de origen vegetal y hace hincapié en otros aspectos importantes de un estilo de vida saludable, como ser sociable, actuar con atención y realizar actividad física. Esta dieta se basa en alimentos tradicionales de países como Grecia, Italia, España y otros que rodean el mar Mediterráneo, y hace hincapié en el consumo de frutas, vegetales, cereales integrales, frutos secos y semillas, legumbres y grasas saludables (como el aceite de oliva y el pescado graso) junto con algunos lácteos. La carne puede formar parte de esta dieta, pero se considera más bien un acompañamiento, no el eje central de la comida. Las hierbas y las especias son un pilar para potenciar el sabor. U.S. News & World Report ha vuelto a calificar este patrón dietético como la mejor dieta para una alimentación sana.

El aceite de oliva, una grasa monoinsaturada, forma parte del grupo de grasas "saludables" y es un componente esencial de la dieta mediterránea. Muchos de sus beneficios para la salud están asociados a los polifenoles y al ácido oleico del aceite. El aceite de oliva virgen extra contiene los componentes más beneficiosos. En algunos estudios observacionales, el consumo de aceite de oliva se ha relacionado con un menor riesgo de cáncer, sobre todo de mama, próstata y colorrectal, y se ha relacionado con menos muertes por cáncer. Los beneficios para la salud se extienden a otras enfermedades crónicas como las cardiopatías, al mejorar los niveles de lípidos en sangre y reducir la presión arterial, y a la diabetes, al ayudar a controlar los niveles de insulina.

El aceite de oliva es el principal componente graso de la dieta mediterránea y, en realidad, es mucho más versátil de lo que la gente cree.

HERE ARE SOME FUN FACTS AND TIPS ABOUT OLIVE OIL:

- Saltee, fría y hornee con aceite de oliva. Sé que habrá oído hablar mucho de los puntos de humeo del aceite de oliva, pero en gran parte se trata de información errónea. En realidad es muy difícil quemar el aceite de oliva o los alimentos.
- Busque la fecha de recolección en la botella. Cuanto más reciente sea la fecha, mejor, porque habrá menos posibilidades de que se acerque al punto de ranciedad. Además, la fecha de "caducidad" no tiene sentido, ya que no hay ninguna definición legal asociada a dicha fecha.
- Al saltear, vierta una pequeña cantidad de aceite de oliva en la sartén y caliente a fuego lento.
- Añada los alimentos cuando el aceite esté bien caliente.



- Cambie el aceite de oliva por mantequilla en las recetas. Así disminuirá la grasa saturada y añadirá grasa cardiosaludable. 1/2 taza de mantequilla equivale a 1/4 de taza + 1 cucharada de aceite de oliva.
- Los aceites de oliva prensados en frío conservan más sabor y más cantidad de los compuestos saludables.
- Todos los aceites (sean del tipo que sean) tienen la misma cantidad de calorías y grasa por cucharada (120 calorías, 14 gramos de grasa). Cuando el aceite lleva la etiqueta "light" quiere decir de color claro, no bajo en calorías o grasa.
- Marine las carnes en adobos a base de aceite de oliva antes de asarlas para disminuir los carcinógenos producidos durante el proceso de asado.
- Marinate meats in olive oil based marinades prior to grilling to lessen the carcinogens produced during the grilling process.

CONSEJOS PARA PREVENIR EL CÁNCER DE PIEL

El cáncer de piel, o crecimiento anormal de las células cutáneas, se desarrolla con mayor frecuencia debido a la exposición de la piel a los dañinos rayos UVA y UVB, a menudo procedentes de la luz solar. El cáncer de piel comienza en la epidermis, o capa superior/externa de la piel, que está formada por tres tipos de células en las que puede crecer el cáncer: el carcinoma de células basales, el carcinoma de células escamosas y el melanoma.

El cáncer de piel sigue siendo uno de los tipos de cáncer más diagnosticados, pero también es el más prevenible.

Estos son algunos consejos que le ayudarán a mantenerse a salvo del cáncer de piel:

Utilice un protector solar de amplio espectro.

Es esencial protegerse la piel con crema solar al aire libre, incluso en días nublados o frescos. Se recomienda utilizar un protector solar de amplio espectro con un FPS de 15 o superior diseñado para proteger frente a los rayos UVA y UVB. Elija un protector solar resistente al agua y con un FPS de 30 o superior para un uso prolongado al aire libre. Aplíquese el protector solar unos 30 minutos antes de salir al exterior y vuelva a aplicárselo al menos cada dos horas o después de nadar o sudar.



2

Busque la sombra

Evite el sol en la medida de lo posible buscando la sombra o permaneciendo en el interior en los días principalmente soleados. Las horas en las que el sol es más fuerte y es más probable que provoque quemaduras son entre las 10 de la mañana y las 4 de la tarde.

3

Lleve ropa y accesorios protectores

Cúbrase con ropa protectora, sombreros de ala ancha y lentes de sol que bloqueen los rayos UV cuando salga al exterior.



4

Evite el bronceado en interiores

No utilice nunca cámaras bronceadoras ni lámparas solares para broncearse, ya que le exponen a rayos UV intensos y pueden dejarle vulnerable a quemaduras graves.

5

Sométase regularmente a autoexámenes de cáncer de piel

Una de las mejores formas de ser proactivo contra el cáncer de piel es hacerse revisiones mensuales con un autoexamen.

Cuando examine su piel en de signos de cáncer de piel, recuerde la regla ABCDE:

Asimetría:

La mancha tiene una forma inusual con dos lados que no son simétricos.

Bordes:

La mancha tiene un borde dentado o irregular.

Color:

No hay un color uniforme en toda la mancha.

Diámetro:

La mancha es más grande que un guisante

Evolución: Ha notado que la mancha ha cambiado en las últimas semanas o meses.

Reunión de la comunidad de pacientes

Beneficios de la terapia de yoga

El yoga puede ayudar a las personas con cáncer tanto mental como físicamente. Las investigaciones demuestran que el yoga puede aliviar algunos efectos secundarios de la enfermedad y sus tratamientos. El yoga mejora el bienestar físico y emocional, aprenda a construir una base sólida para la curación del cáncer.

Invitado especial: La paciente de NYCBS Lisa Devine, de Mindful Turtle Yoga Studio

Dónde: NYCBS 49 Nesconset Hwy, Port Jefferson Station, Waiting

Cuándo: Miércoles 17 de mayo a las 6:00PM

Se servirán refrescos ligeros



Actualización del Departamento de Nutrición

¡Buenas noticias! El servicio de nutrición se va a ampliar a algunos de nuestros consultorios de Riverhead PCP y Mt. Sinai PCP New York Health. ¡Esté atento!

Michelle Slowey y Wendy Kaplan, ambas nutricionistas registradas, asistieron al 3er evento anual "Vivir con cáncer de mama metastásico" de la Fundación del Cáncer de Nueva York. Wendy hizo una presentación sobre los grupos de apoyo y cómo fomentan el espíritu de comunidad en las mujeres con cáncer de mama avanzado.

Profesionales Del Laboratorio Médico

La Semana de los Profesionales del Laboratorio Médico se celebra del 23 al 29 de abril. Nuestro laboratorio médico y nuestros patólogos desempeñan un papel vital en la atención sanitaria y la defensa del paciente. El laboratorio es responsable del diagnóstico y la prevención de enfermedades, y proporciona resultados para mantener una salud óptima en nuestros pacientes. ¡Son nuestros héroes sanitarios entre bastidores!

Estamos orgullosos de contar con un equipo de laboratorio extraordinario y seguimos asombrándonos —pero no sorprendiéndonos— de las tremendas contribuciones que hacen cada día. Su trabajo y compromiso influyen directamente en la seguridad del paciente, la calidad de la atención y la rentabilidad.



Grupo De Apoyo A La Mujer

El grupo de apoyo a la mujer tendrá lugar el miércoles 10 de mayo de 2023 en nuestra oficina de Lake Success, en 1 Delaware Drive, New Hyde Park, NY 11042. El tema de conversación será el sexo y la intimidad. Como este tema puede ser delicado para algunas personas, también ofreceremos un espacio privado en el que los pacientes podrán plantear sus preguntas si se sienten más cómodos haciéndolo.

Durante la sesión, trataremos diversas inquietudes que pueden surgir en relación con el sexo y la intimidad. Algunas de estas inquietudes pueden ser el aumento del estrés y la ansiedad, las inquietudes sobre la salud vaginal, el aumento de peso y la reconstrucción. También hablaremos del uso de cremas hidratantes hormonales y no hormonales, lubricantes tópicos y de larga duración, así como de estrategias para mejorar la intimidad.

Entendemos que estos temas pueden ser delicados y personales, pero queremos asegurar a nuestras pacientes que este es un espacio seguro para una conversación abierta y sincera. Animamos a todos los asistentes a compartir sus pensamientos y dudas en un entorno respetuoso y de apoyo.

Ciberseguridad Informática

En el campo de la ciberseguridad, hacemos todo lo posible por establecer una línea de defensa sólida que ayude a proteger a nuestra empresa, pero nunca podemos olvidar a todos aquellos que lo dieron todo en defensa de este país

Oportunidades Profesionales

RADIOLOGIST

Contact: Robert Nicoletti - CHRO
rnicoletti@nycancer.com

STAFF HEMATOLOGIST/MEDICAL ONCOLOGIST NEEDED BROOKLYN, NY AT OUR BROOKLYN HOSPITAL LOCATION

Contact: Eric Jackson
eric.jackson@oneoncology.com

POST DOC PSYCHOLOGIST

Contact: Robert Nicoletti - CHRO
jschomber@nycancer.com

NURSE PRACTITIONER (NP) / PHYSICIAN ASSISTANT (PA) BAYSIDE MEDICAL ONCOLOGY, STATEN ISLAND MEDICAL ONCOLOGY, NEWBURGH MEDICAL ONCOLOGY

Contact: Robert Nicoletti - CHRO
apprecruitment@nycancer.com

MEDICAL FRONT DESK RECEPTIONIST

Contact: Robert Nicoletti - CHRO
careers@nycancer.com

HEMATOLOGIST/ONCOLOGISTS

Contact: Robert Nicoletti - CHRO
eric.jackson@oneoncology.com

HISTOLOGY TECHNICIAN

Contact: Robert Nicoletti - CHRO
careers@nycancer.com

LICENSED PRACTICAL NURSES (LPN'S) CENTRAL PARK MEDICAL ONCOLOGY

Contact: Robert Nicoletti - CHRO
careers@nycancer.com



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

Visítenos:
nycancer.com/careers



Scan the QR Code Below



Eventos de la Fundación contra el Cáncer de Nueva York

Hockey for Hope

May 6th, 2023

Evento Hockey for Hope el 6 de mayo de 2023. La Fundación contra el Cáncer de Nueva York se enfrentará a la Oficina del Sheriff del condado de Suffolk, el hockey más audaz de Suffolk. ¡Será el partido de goma definitivo! Adquiera sus boletos a través del siguiente enlace.
<https://donorbox.org/events/412217>



CARRERA/MARCHA DE 5 KM

July 8th, 2023

¡Todos los beneficios de este evento se destinarán a la Fundación neoyorquina contra el Cáncer!

¡Venga a ser una luz en nuestra comunidad! Prepárese para venir engalanado con luces y colores de neón para brillar con más intensidad en esta impresionante carrera/marcha al atardecer, seguida de una fiesta de luz negra con palos luminosos y un DJ

Regístrese usando el enlace o escanee el código QR:
<https://runsignup.com/Race/NY/Hauppauge/RunBetheLight5k>



Nuevos Empleados

- Aletia Dunkley (LPN)
- Alysa Anderson (Receptionist)
- Amanda Shaw (RN)
- Angie Chavez-Aguilar (MA)
- Ashley-Elora Svendsen (Pharmaceutical Coordinator)
- Belinda Toney (Patient Communications Operator)
- Brandy Lawrence (Patient Communications Operator)
- Brian Faithfull (Patient Communications Operator)
- Casey Murray (Infusion RN)
- Cassandra Lehman (Lab Biller)
- Chiara Jade Escobar (Infusion Registered Nurse)
- Corinne Ceglia (Regional Director West)
- Devonee Curry (Receptionist)
- Emmalyn Kennedy (Medical Assistant)
- Evelyn Ferraro (Receptionist)
- Gary Bills (Patient Communications Operator)
- Glen Smokler (Specimen Courier)
- Grace Noonan (Receptionist)
- Jaclyn Pappas (Nurse Practitioner)1
- Jenis Perdoma (Medical Assistant)
- Jovelyn Rivera (Regional Director West/City)
- Kayla Silva (Receptionist)
- Liam Koons (Director of Data Integration)
- Mary Morgado (Intake LPN)
- Merritt Gosselin Love (RN)
- Michelle Stinsman (LPN)
- Michelle Wellcome (RN)
- Mohamed Hamed (Physician Liaison)
- Nicole Lojko (New Patient Coordinator)
- Paola Alvarado (Lab Medical Assistant)
- Rose Ruiz (Lab Medical Assistant)
- Sarah Nelson (Breast Ultrasound Technologist)
- Sehrish Rizwan (Medical Assistant)
- Setarah Mohammad (Lab MA)
- Zachary Weber (Queens/Nassau Liaison)



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.